موسوعة العناية بالطفل في تربية الأبناء



دار أسامة للنشر والتوزيع
الأردن - عمان

موسوعة

العناية بالطفل
و
تربية الأبناء

إعداد

عايدة الرواجبة

النـــاشر

دار أسامة للنشر والتوزيع

الأردن . عمّان

تلفاكس : ٤٦٤٧٤٤٧ - فاكس : ٥٨٦٣٦٣٣

ص . ب : ١٤١٧٨١

الطبعة الأولى

٢٠٠٠م

مقدمة

اهتمت الأديان بتربية الناشئة وإعدادها إعدادا جيدا لتتأهل تحمل المسؤولية وكان حظ الإسلام النصيب الأوفر لهذه العناية، فقد روى ابن عباس أن النبي صلى الله عليه وسلم قال : {الزموا أولادكم وأحسنوا أدبهم}.

ولفظ الأولاد يطلق ويراد به الذكور والإناث ، وهم المعبر عنهم بشباب الجيل، فالشباب من الذكور والشابة من الإناث هم الأولاد وقد أعطاهم النبي الكريم هذه العناية الفائقة في هاتين الجملتين العظيمتين، ففيهما إسعاد الأمم والأوطان وبالتالي في إسعاد البشرية كلها.

فأما الجملة الأولى فتتطلب من الآباء أن يلزموا أولادهم صغارا كانوا أم كبارا بالإشراف الكامل حتى يشبوا تحت أبصارهم وأسماعهم على الصدق والأمانة والصبر والإخلاص والإقبال على العلم والتعلم، وعلى الإقبال الدائب المستمر على الأخلاق العالية والآداب السامية، ورعاية حقوق الخالق والمخلوق، وهم من آبائهم كما قال القائل الحكيم : (إنما أولادنا بيننا أكبادنا تمشي على الأرض).

ومعنى الحديث أن عليكم بأولادكم في جميع أوقاتهم وفي كل أحوالهم بمعرفة حركاتهم وتصرفاتهم وجميع أعمالهم فما كان منها نافعا صالحا اقروهم عليه، وما كان طالحا وغير نافع حذروهم منه، ولكن بالحكمة والموعظة الحسنة وبالرفق الذي لا يكون في شيء إلا زانه، ولا ينزع من شيء إلا شانه.

ثم تأتي الجملة الثانية في الحديث الشريف " وأحسنوا أدبهم "، أمر جازم صارم بحسن أدب الأولاد ذكورا وإناثا، وحسن الأدب، تعليم وتوجيه وإرشاد، وغرس الفضائل، وتحذير من الشر والفساد، والرذائل.

وإن إهمال أدب الأولاد له عواقب وخيمة فهو السبب المباشر من فساد الأخلاق وانحراف السلوك، وإذا أصيب قوم من الأقوام في أخلاقهم ضل سعيهم في الحياة، وهم يظنون أنهم يحسنون صنعاً

وبعد: فقد أعددت هذه الموسوعة الميسرة والمبسطة بما يهم كل أسرة حول فلذات أكبادها سائلاً العلي القدير أن تكون ذا نفع وفائدة لكل من يقرأها أو يطلع عليها، فإن كنت قد أصبت فهو من الله تعالى وإن كنت قد أخطأت فذلك حسبي ، والله الموفق.

المؤلفة

تربيــة الآبـــاء

أهـــم مـــن

تربيــة الأبنـــاء

تـدل جميع حـالات عصبيــة الأطفـال علــى أنهــم مجنــي عليهــم من الآباء ومن البيئة التي نشأوا فيها.

وفيمـا يلي بعض الصفـات التي يتمـيز بــها آبـــاء وأمهـــات وبيئـات الأطفال الذيــن يعانون من العصبية وهي :-

١. أبناء يعانون من العصبية عاشوا في منازل تتميز بــالتوتر والقلــق أو الاضطراب العائلي، وأن أحد الأبوين أو كليهما يعاني بـدرجة كبــيرة من القلق النفسي والعصبية والحدة في تعامله مع أولاده أو مــع جميــع أفراد الأسرة.

٢. آباء يتدخلون في كل صغيرة وكبيرة من شؤون أبنائهم بحيث لا يشـعر الطفل بالحرية وبذاته، بل ينشأ اعتماديا رغم كراهيتــه للاعتماديــة ... ويصبح الطفل استقلاليا.

٣. آباء لم يشجعوا أبناءهم على الاختلاط وتنميــة شـخصياتهم اجتماعيــا لخوفهم عليهم من الاختلاط أو من الحسد، وذلــك لأن الآبــاء أنفســهم يعانون من القلق النفسي.

٤. إن أسلوب كثير من الآباء في التربية يعتمــد علــى القــوة والضــرب والتحقير.

٥. جهل آباء بضرورة إشباع الحاجات النفسية للأبناء وهذه الحاجات هي

شعور الطفل بأنه محبوب وشعوره بالأمن والطمأنينة، وشعوره بالتقدير، ولدرجة معقولة لا تصل إلى حد التدليل ... فالتدليل له خطره كالقسوة تماما ... فكلاهما مبالغة.

٦. عدم إدراك الكثيرين من الآباء لأهمية الهوايات والرياضة البدنية والترويح عن النفس بالتنزه، أو الاشتراك في النشاط المدرسي والتربية الفنية، والرحلات المدرسية ... فهذه كلها تساعد على تنمية شخصية الطفل نفسيا واجتماعياً، وهي ليست مضيعة للوقت كما يظن بعض الآباء.

لذلك يجب توعية الآباء بأسباب عصبية الأطفال حتى لا يجنوا بتصرفاتهم وعصبيتهم على أبنائهم، ويجب على الآباء ضبط سلوكهم وإشاعة جو الهدوء والسعادة في المنزل إذا كانوا يريدون لأبنائهم ألا يشبوا عصبيين أو يعانوا من الحركات اللاإرادية .

إن عصبية الأطفال ليست وراثة بيولوجية عن طريق الدم من الآباء إلى الأطفال، إنما هي سلوك يتعلمه الأبناء من الآباء، أو سلوك قهري نتيجة كبت الآباء والأبناء، أو تدليلهم تدليلا يخلق منهم أفرادا يميلون للسيطرة على البيئة وفق هواهم.

نرجو بهذه الدراسة الموجزة أن يعدل الآباء من سلوكهم نحو أبنائهم، وأن يلجأون إلى طلب المساعدة من العيادة النفسية، ولا يلجأ إلى الشدة والزجر والقسوة لعلاج عصبية الأطفال.

" الإجازة وسيلة تربوية "

ليست الإجازة وقتا نضيعه سدى، إنما هناك مغزى تربوي هام نشير إليه ... فالإجازة تهيئ الفرد لما يستقبل من أمور، وتجعله أكثر استرخاء واستجماما، فضلاً عن أنها فرصة ذهبية لتنمي علاقاتنا العائلية ! فكثيرا ما تختلف الأمهات مع الآباء فيما يتعلق بالأسلوب الأمثل لتربية الأبناء، فقد يكون الأب أكثر تساهلا، تاركا الحبل على غاربه لأبنائه، يأمرون وينهون كما يحلو لهم بالمنزل. وقد تكون الأم أكثر تصلبا وتشددا ، فلا تسمح لأبنائها بحرية التصرف إلا في حدود ضيقة. وفي جو هذه التناقضات السلوكية تهب العاصفة لتعصف بحياة الزوجين بل بالحياة الأسرية كلها! .

ولهذا ينبغي أن يجتهد الوالدان في أن يوفرا الوقت الذي يستطيعان فيه أن يتناقشا سويا في أسلوب التربية الواجب اتباعه تجاه الأبناء. ونرى أن أنسب هذه الأوقات وقت الإجازة! لأن هموم الحياة ومشاغلها لا يتيح للآباء مثل تلك الفرصة، فضلا عن أعبائها النفسية التي يعاني منها الوالدان والأبناء أيضا.

نعود لنؤكد – أن الإجازة منحة يجب استغلالها حتى نبدأ حياتنا من جديد، نبدأها بطريقة أفضل وبأسلوب أمثل. وتحقيقا لذلك يجب أولا أن نبعد أطفالنا عن مشاكلنا كأزواج وزوجات، حتى لا نكون لهم المثل السلوكي السيئ!

ويحلو لبعض الآباء أن يخففوا من جسامة أخطائهم، متهمين أطفالهم باتهامات مختلفة كالعصيان والمشاكسة من حيث أن الحقيقة غير ذلك! وأخطر ما في تلك الاتهامات التي نكيلها لأطفالنا أنها قد تصبح صفة من صفاتهم أو أسلوبا من أساليبهم يصعب الاستغناء عنها!

لماذا لا ننتهز فرصة تمتعنا بشمس الصيف وحمامات البحر أثناء تمضيتنا الإجازة على الشاطئ مثلا، لمعالجة تلك السلوكيات غير المرغوبة أصلا؟!

فيمكن للأبوين أن يقررا عدم العودة إلى كشف أخطاء أبنائهم والتركيز عليها، بل يجب التركيز على حسناتهم مع الإشارة الخفيفة للتصرف غير المستحب الذي قد يصدر عنهم. وحينئذ قد يتحول الطفل العنيد إلى شخص اكثر مرونة وتطوعا لأنه يضطلع بمهامه ومسؤولياته داخل الأسرة. أو قد يتحول المشاغب إلى طفل وديع اكثر نشاطا واكثر إنتاجا للنافع من الأمور والمفيد من التصرفات.

ومن البديهي أن الأطفال سوف يدركون من فورهم قيمة هذا الأسلوب الجديد في التحدث معهم، وهذه هي الطريقة المثلى لمناقشتهم وتوجيههم، فيشعرون بأنهم أحوج ما يكونون لمثل هذا المنهج التربوي السليم، مما يدفعهم إلى تعديل سلوكهم ليسيروا في الاتجاه المرغوب.

وهكذا يمكن للوالدين أن ينعموا بالإجازة وبأبناء أكثر سعادة وحياة اكثر هناء.

سعـــادة الأســرة

بسعـادة الطفــل

" أطفـــالـــنـــا أكبـــادنـــا تمشـــي علـــــى الارض ... "

أي زينـــة أروع وأمتع زينة من الطفولة البريئة ، الطاهرة، التي، إن أنعـم الله بها على بيت، حولته إلى جنة فرح، وملأت أرجاءه بهجة وزهوا وحبور.

وكأني بالبيوت التي حرمها القدر نعمة الأطفال، هـــي بيـــوت الحـــزن والكآبة فلا الأهازيج تملأ البيت، ولا " الضحكات " تصدح بها الحناجر البريئـــة الصغيرة، ولا " الوعوعات " تثير همة الأم، وعاطفة الأب، ولا الحياة تدب فـــي كل ركن ...

ولعل أروع ما في الطفولة أنها " تختصر فرح الدنيا " كما يقـــول أحـــد الفلاسفة. فكم من أب أنسته ابتسامة طفله كل متاعب النهار، ومصاعب الحيـــاة، وكم من أم عوضت عليها مناغاة طفلها والسهر عليه لذات الحياة ! وليس مـــــن العبث التقدير الذي منحه نابليون للأم عندما قال: " الأم التي تهز السرير بيمينها تهز العالم بيسارها".

وشرف للأم عظيم. الذي تربيه اليوم صغيرا في المهد، وتتقن تربيتـــه، هو الذي سيكون عظيما بين أبناء جيله، وسيلعب الدور الفعال في بيئته، وفـــــي مجتمعه.

وتربية الأطفال فن قائم بذاته. ويؤكد علماء التربية والاختصـــاصيون أن التربية الصحيحة تعـــني طفولـــة سعيدة. والطفل السعيد اليوم هو الرجل العظيم

في الغد.

ولا يكفي لإسعاد الطفل أن نحضر لـه زجاجـة الحليـب، أو نغيـر ملابسه، أو نحيله إلى الخادمة كي تتدبر شؤونه.فسعادة الطفل تتطلب أكثر مـن ذلك بكثير. تتطلب عناية الأم، كما عناية الأب قبل كل شيء. تتطلـب السـهر الدائم على راحته وسلامته، والحرص الدائم على تنميـة حواسـه. و" توسـيع أفاقه ". يقول فريدو إن حضور الأم إلى جانب الطفل أمر حيوي وضروري.

فليت كل الأمهات يعملن بهذه النصيحة، فلا يـتركن أطفالهـن فـي "رعاية" الخادمات، – وكم من أطفال كانوا ضحايا الخادمـات – ولا يدعنـهم يبكون ويتوجعون ويبولون في " حفاضاتهم "، لأن السعادة هي التربية الخصبـة التي تنمو فيها شخصيته وتتفتح كفاءاته. وسعادة الطفل سعادة للأسرة كلـها إذ لا يسعنا تصور أسرة سعيدة تضم بين جوانحها طفـلا أو أطفـالا تعسـاء لا يعرفون للابتسام معنى ولا إلى المرح سبيلا. إن ابتسامة الطفل المشـرقة هـي شمس حقيقية تنشر نورها الوضاء ودفئها المحيي في أرجاء البيت وتبدد همـوم العائلة ومتاعبها تماما كما تفعل أشعة الشمس بغيوم الصباح.

أمـا القواعـد العريضة لتحقيـق هذيـن العرضيـن فيمكن تلخيصـها بمـا يلـي :

١. **خلق جـو من العناية والاهتمام** بالطفل فلا يداخله شعور بأنـه كمّـاً مهملاً أو " شيئاً صغيراً " في البيت.

٢. **ترك مقدار معقول من الحرية أمامه** لكي يعبر عـن ذاتـه باللـهو أو الدرس أو معاشرة أترابه.

٣. **تعويده، منذ نعومة أظفاره، العـــادات الحســنة** كالاهتمـــام بنظافتـــه الشخصية والمحافظة على ثيابه وكتبه وأدواته واحترام أثاث البيــت ومقتنيـــات أهله.

٤. **تعويده على الدقــة والنظام** في مأكله ونومه ودراسته بحيث لا تتســلل إليه الفوضى فيشب عليها ولا يستطيع الإفلات منها بعد ذلك أبدا.

٥. **تعليمه الصدق** مهما كانت الحقيقة قاسية أو مريرة وهذا لا يكـــون إلا بتحاشي الأبوين الكذب عليه في أي حال من الأحوال فإذا وعداه بشيء عليـــهما الوفاء بوعدهما. وإذا سألهما عــــن أمــر اصدقـــاه القــول دون مواربـــة أو مـــــداورة.

٦. **غرس صفات الكرم وحب الغير وعـــدم إيــذاء الحيــوان أو النبـــات ومساعدة من هو أصغر منه أو أضعف.**

٧. **حب العمــل المثمر** ولكن دون قسوة أو إرهاق فإن هو أنهى واجباتـــه المدرسية سمح له باللهو ساعة أو مشاهدة برنامج الأطفال في التلفزيون.

٨. **التهذيب ومراعاة شعور الآخرين** والابتعاد عن كل مظاهر الوقاحـــة قولا وعملا.

تلك هي أسس التربية الصحيحة التي تهيئ الطفل لكي يغدو رجلا نافعـــا، واثقا من نفسه، منتجا، محبـــا للخير. يحترم من هم أكبر منه ويعطف على مــن هم أصغر ...

وهي أسس من البساطة بحيث لا يعسر على أي أبوين تطبيقها ببذل قـــدر كـــاف من الجهد والاهتمام. فسعادة طفلهما تستحق ذلك، ومستقبله كانسان نـــافع لأسرته ووطنه والإنسانية جدير بأكثر من ذلك.

((أيها الأب اترك العصا))

يتصرف الأطفال أحيانا تصرفات لا تسير وفق رغبات الكبار أو هواهم وتوقعاتهم. إن هذا أمر طبيعي جدا ولا يعتبر شذوذاً. الشذوذ أن تحمل بوجه طفلك العصا أو أن تهينه وتستخف به!

كثيرا ما يقوم معظم الآباء والأمهات بإقامة نظام أو برنامج في نظرهم يعتبر نظاماً أسطورياً وهذا نظام خاطئ لعدة عوامل :

- منذ بضع سنوات تحدث أحد الأطباء الأمريكيين في اجتماع عقده المجلس الوطني للعلائق الأسرية عن قصة غريبة صادفها في حياته العملية. فقد كان ذلك الطبيب يقوم بمعالجة إحدى مريضاته. وكان تاريخ مرضها يقول انها كان يساء إليها وهي طفلة. فلما جاء دور الأم أمرت طفلتها البالغة من العمر عامين ونصف العام الا تبرح مقعدها في غرفة الانتظار وان تنتظرها حتى تعود لأخذها من غرفة الطبيب. ولكن الطبيب ألح على الأم ان تحضر ابنتها معها فرافقت الطفلة أمها. فلما دخلت الطفلة مكتب الطبيب لاحظت على الفور امتلاء منفضة السجائر بالرماد على المنضدة. فما كان منها إلا ان أفرغت المنفضة في سلة المهملات وشدت ورقة من علبة أوراق التنظيف ومسحت المنضدة بها. وقد اعجب الطبيب بتصرف الطفلة فلما اطراها أمام أمها قالت الام : "حقا انها خير عون لي وهي تؤدي لي كثيرا من الأعمال المنزلية!".

تدل تلك الدراسات على ان كثيرا من الوالدين يسيئون إلى أطفالهم الصغار يتوقعون ان يبدي أولئك الأطفال من السلوك ما هو غير واقعي. وهؤلاء يوقعون بالطفل انكى العقوبة إذا ما تعارضت توقعات الوالدة أو الوالد مع تصرفات الطفل. وقد وصف بعض علماء النفس أولئك الآباء والأمهات بأنهم ينظرون الى صغارهم من وراء عدسات مشوهة، اذ يعدّونهم صغارا في حاجة الى العون والمساعدة، وانهم ما يزالون ضعافا ذوي قدرات محدودة، لذلك فهم يعاملونهم وكأنهم أشخاص كبار قادرون على تمييز الامور والظفر بآيات الاحترام.

وفي حين ان معظم الآباء والأمهات لا يسيئون معاملة أطفالهم فعلا، فان هناك عددا كبيرا من أولئك يرون ضرورة تلبية كثير من التوقعات الغريبة من صغارهم. مثلا هنالك امهات يتوقعن من رضعهن ان يناموا الليل لوحدهم فرادى، وقبل ان يكتمل لديهن نمو شبكتهم العصبية. كما ان هناك امهات يصبن بخيبة امل لان طفلة في الثانية من عمرها مثلا لا " تفهم " سبب اهمية عدم وضع يديها على " طقم " من الصيني الثمين موضوع على المنضدة، او ان تتوقع من طفل في الرابعة من عمره تلبية أوامر أمه بحكم ما يتخيله من تنفيذ وعد في الشهر القادم من قبلها لإتحافه بهدية قيمة.

والحقيقة ان الأطفال في مختلف مراحل تطورهم يختلفون عن بعضهم اختلافا كبيرا في قدراتهم وكيفية تصرفاتهم النظامية واتباعهم أصول الروتين ووضع خطط المستقبل. فقد تكون هذه الصفات مناسبة لعمر من الأعمار، لذلك فهي لا تناسب سنا أخرى.

- الأطفال لا يستطيعون فهم معنى القواعد والأنظمة، فهم معنى الثواب

والعقاب وهم عاجزون أيضا عن إيجاد علاقة بين أعمالهم وردود فعل الآخرين. لذلك فان سلوك الطفل ذي الرابعة من عمره يختلف عن بكاء الرضيـــع مثـــلا. فذلك السلوك قد يتطلب حدوث استجابة لتقويمه وتصحيحه. بينما بكاء الرضيـــع لا يتطلب مثل ذلك.

وتدل الدراسات على ان الاطفال الذين يتظـــاهرون بالطاعـــة المطلقـــة ويظهرون من الحركات ما يدل على ذلك هم في الحقيقة اولئك الذين يجعلون من ذلك وسيلـــة تسهل تنفيذ رغباتهم لذلك فهم قد يلجؤون الى ابداء حركات جسدية خاصة او تعبيرات وجهية معينة بل وقد يبكون بدون سبب أحيانا، وكل ذلك من اجل لفت الأنظار فحسب.

وتبين أيضاً ان بعض الامهات هـــن ســـريعات الاســـتجابة لمثـــل هـــذه الحركات. لذلك، فان تدريب الاطفال الصغار على اتباع النظام هو مـــن حيـــث الواقع جهد يشمل ضرورة اتباع مجموعة مريحة من الإجراءات الروتينية التـــي تولد الدفـء والأمان والطمأنينة.

- ما أسرع ان يتحول الرضيع إلى طفل دارج يخطو أولى خطواتـــه، والآن ينبغي ان ينصرف الأطفال عن بيئاتهم في المهد وهي البيئـــات المعنيـــة بالتركيز على الذات، ثم ان يتبوأ الطفل مكانه في عالـــم لا يستطيع ان يفعله مـــا يحلو له – دنيا مليئة بالموانع والأنظمة. إن هذا هو عصر يجـــب ان يتـــدرب الطفل فيه على النظام والانضباط. وقد آن الأوان لكي يقـــوم الوالـــدان بتعليـــم طفلهما العلاقة بين الاعمال الخطيرة – كالجري الى الشارع او لمـــس الجمـــر المتقد – ونتائج مثل هذه الاعمال المتهورة. والآن ينبغـــي للوالديـــن ان يدربـــا اطفالهما على الكف عن السلوك غير اللائق – كـــالضرب والعـــض واحتـــداد

المزاج، وذلك قبل ان تترسخ هذه العادات في نفسه وتصبح لديه طبيعة ثانيـــة. ولكن الطفل الدارج حديث العهد بالمشي شيء آخر إذ ان مدى ذاكرتـــه وقـــوة تركيزه ما يزالان ضعيفين. لذلك فإن. التسرع في إبطال الخطر قبـــل وقوعـــه ومنع السلوك غير اللائق في حاجة الى التكرار قبل ان يستقر ذلك فـــي ذهـــن الصغير.

- الفرق الروائي بين الطفل الدراج وطفل ما قبل ســـن المدرســـة. فعندما ندرب اطفالنا على النظام الآن نستطيع ان نغتنـــم قوتـــهم الآخـــذة فـــي الاتساع. وفي هذا السبيل نستطيع البدء بذلك عن طريق إبداء أســـباب توقعنـــا للوصول الى سلوك معين.

وفي هذه السن أيضا يستطيع الأطفال تقويم مقدار ما جمعوه من أمور في مواجهـــة المبادئ التي وضعهـــا الكبار. انهم فيها يستطيعون ان يفهموا حتـــى من نبرة الوالد او ومضة عين الأم، ان سلوكهم يستجلب استجابات مـــن قبـــل الآخرين.

ونتيجة ذلك فانهم قادرون في مثل هذه السن على ان يتعلموا ما "يريـدون" صنعه من امور صحيحة – لذلك فانه يصبح بوسع الوالدين ان يبدعوا بتشـــجيع الطفل، ليس فقط على إبداء مظاهر السلوك بل بتطوير منظومة القيم لديه.

- عند دخول الطفل دنيا المدرسة. فالتأثيرات الاجتماعية التي تبدأ في سنوات ما قبل المدرسة تتسع أتساعا روائيا وفجأة تصبح الأوامر والنواهي التي تلقى في اذن الطفل كي يفعل هذا او ينصرف عن ذاك مـــن الأمـــور الهامـــة، ونقاط إحالة جديدة ليس فقط بالنسبة للوالدين وإنما أيضـــاً بالنســـبة للمعلميـــن والأقران. وفي هذه السن يشرع الاطفال في النمو وفق طاقاتهم وذلـــك للقبـــض

بيدهم على السبب والأثر. وبالإمكان والحالة هذه ان يقاد الطفل الى فهم كيف ان سلوكه سيؤثر على سعادة الآخرين ورفاهيتهم، وكيف يتقبل المسؤولية ويتحمل نتائج تصرفاته، كما انهم يصبحون من الجهة الأخرى قادرين على فهم كيف ان خطط سواهم من الاطفال يمكن ان تؤثر على رفاهيتهم هم – وهكذا يصبح الطفل في مثل هذه السن اكثر ميلا الى الابتعاد عن الإجراءات التنظيمية التي تبدو في نظره تسلطية افتئاتية. ولذلك يتجاوب طفل المدرسة خير ما يتجاوب مع ذوي السلطة من الكبار.

- قبيل سن البلوغ. وفي هذه السن يبدأ الطفل في التوق الى الاستقلال. والآن يستطيع التفكير التجريدي وتكوين النظريات حول الحياة. وغالبا ما يصير تفكيرهم ناقداً لمبادئ المجتمع وللقيم التي يدين بها الوالدان. وعندها يصبح لا مندوحة عن الاصطدام. وتدل الأدلة على انه في هذه المرحلة فأن خير وسيلة للمعالجة هي تهيئة الوسيلة أمام الصغير كي يربط نفسه مع والديه اللذين ليسا شديدين تماما وليسا مفرطين ايضا. ويبدو ان الوالد المثالي في هذه السن هو المعقول العادل شديد الإقبال على إثارة سبيل المسؤولية والرفاهية.

- الفروق في الشخصية. يختلف الاطفال من حيث مسؤولياتهم ومن ثم من حيث تلقيهم لأساليب التنظيم المختلفة التي قد يلجأ إليها الكبار. وتدل الأبحاث الجديدة على ان لكل طفل تركيبه الأساسي كالمزاج وأشكال السلوك، وهو تركيب ينفرد به منذ لحظة الولادة. ولقد عثر الباحثون على تبدلات مرموقة بين الأطفال من حيث هذه الصفات مثل المزاج والاستجابة للناس ومساحة الانتباه والمثابرة والقدرة على مواجهة الحصر النفسي او الشدة

والتطيف حسب المواقف الجديدة.

فالطفل قد يكون إما محبا للعمل الشديد او محبا للاسترخاء، محبا للاستقلال او الاعتماد على غيره، واقعيا او كثير التخيل والأحلام. أي انه ما من واحد منهم يمكن ان يحرز نفس النتائج التي يحرزها أطفال الأسرة الواحدة. لذلك فان الوالدين عند تأديب الصغير يجب أن يأخذا في الحسبان تركيب ذلك الطفل بعينه.

خذ مثلا قضية ذلك الطفل ابن السنة السادسة من عمره. إنه طفل ودود ذكي. ولكن لو سألته ان يفعل بعض الأمور لبدأها طيبا – ولكنه في اللحظة التالية قد ينصرف عنها إلى شيء آخر. وتسخط لذلك والدته وتعتبر سلوك طفلها بأنه ضرب من التمرد على المسؤولية . وتعقد العزم على ان تؤدبه وتحمله على صنع ما تريد ولو كان في ذلك قرع العصا.

وليس ذلك الطفل كما تظن أمه طفلا عاصيا عديم الإرادة، فهو ليس كذلك في الحقيقة. اذ لا حيلة لذلك الطفل في كونه قد خلق وبه ميل كثير الى النشاط الحركي. لذلك فان تأديبه بالطريق التي تزعمها والدته معناه الإقلال من عدد متطلبات الكفاح الموضوعة على كاهله لكي يساعده ذلك على ان يركز جهوده من اجل اكمال واجب واحد في كل مرة. لذلك فمثل هذا الطفل يعاقب لانه مارس اللعب مع أقرانه خارج المنزل. ولكن بالنسبة لمثل هذا الطفل لا يكون العقاب عقابا وإنما هو مجرد ظلم ولكنه ظلم يؤدي في النهاية الى الهزيمة الذاتية.

وأذكر ان الأطفال، مثلهم مثل الكبار، لهم يوم سعد ويوم نحس كما يقولون. وكلنا يعرف ذلك الشعور الذي قد يصادفه المرء في كل حين من تعب

وإرهاق وملل. ومع ذلك فان الآباء الكبار لا يعطون لأطفالهم هذه الميزة.

ولكن عند إيقاع العقاب بالطفل ينبغي الا يغيب عن بالك ان الطفل يكـــابد من المشاق والضغوط ما يوازي ما قد تكابده أنت او تربو عليــــه. فاللاطفـــال ساعات قلقهم. وهم يحسون مثل الكبار أحيانا بالاكتئـــاب ونفـــاذ الطاقـــة ممـــا يجعلهم منزوين سريعي الغضب وهذا يصورهـــم احيانـــا بصـــورة الشـــخص المستحيل. ولكنهم في أحيان أخرى ليسوا كذلك وانمـــا أفسدت أمزجتهم كلمـــة نابية من مدرب الرياضة مثلا او زجر في الملعب او رفض من الفريق وهلـــم جرا.

ولا تنس آلام الجراح العاطفية التي تصيب الطفل هي امر مما يســـتطيع الكبار تقويمه. ويجب ان يؤدي ذلك الى التخفيف من غلواء الآبـــاء والأمـــهات والحيلولة دون تصلبهم في تأديب الطفل. يقينـــا ان الدأب هام، ولكن كذلك هـــو فهم ان الاطفال هم ايضا ضحايا ما يصادفونه من صعود الحياة وهبوطها.

وأخيرا فإنه ما من واحد من الأساليب المقترحة لتأديب الاطفال يمكـــن ان يكون ناجحا من الناحية العملية دونما شعور بالتزام بالطفل ذاته, والتزام كهذا لا يشمل طبعا الاقرار القاطع بسلوك الطفل والواقع ان هناك لحظات كثيرة يحـــق للكبار فيها ان يحسوا بخيبة الامل او الغضب من أطفالهم. ومن مصلحة الآبـــاء والاطفال ان تنكر تلك المشاعر. كذلك لا تعني تنشئـــة الطفل تلبية كل ما يعـــن له من مشاعر.

وفي حين انه لا وجود لطريقة واحدة لتأديب الاطفال من كل الاعمـــار او حتى كل الاطفال جملة الا انه توجد ثلاثة ارشادات لا بد من تذكرها:-

١- لا تهن طفلك ولا تستخف به وعندما تريد معاقبة الطفل فلا تنسى

ان تعاملهم باحترام وشرف.

صحيح ان سرعة انفعال الطفل او رغبته في المشاكسة او كثرة انصراف ذهنه او قلة محرضاته قد تكون جميعا من مصادر الإحباط للوالدين حقا. ولكن ذلك كله ينبغي الا ينسى الكبير ان الطفل هو شخص ايضا من حيث حساسيته البشرية ورغبته في الاحترام والكرامة. وليس هنالك من سبب واحد طيب لان يكون الوالد قاسيا عليه.

٢- تذكر أيها الوالد انك أنت المثال الذي يحتذي به طفلك. فإن التعليم حسب هذا المثل ما برح أقوى القدرات التي تؤدي الى تكييف اتجاهات سلوك أطفالنا.

٣- اترك العصا! هذه هي الرسالة القاطعة التي جاءت بها نتائج بحث الدارسين الذي أحيطوا مع الأيام خبرة بموضع المعاقبة الجسدية كوسيلة للتعليم. لان هذه الطريقة غير مجدية وانما تؤدي الى مزيد من المشاكسة.

((رد الاعتبار لعقوبة صفع القفا))

عقوبة صفع القفا ستمارس من جديد في المدارس إذا وافق أهل تلامذة لوس أنجلوس على قرار مجلس مدارس المدينة وهي من اكبر مدن الولايات المتحدة وأكثرها سكانا. هذه العقوبة لم تلغ الا منذ اربع سنوات فقط، رسميا على الأقل . فعلى الرغم من رأي جمعية علماء النفس المغاير والذي شدد على ان هذا النوع من القصاص قد يكون له عواقب نفسية سيئة على الاولاد، اقر هذا التدبير. لكن العقوبة لم تنزل الا من فوق الثياب وبحضور شاهد من اعضاء ادارة المدرسة تجنبا للغلو بلا شك.

صحيح ان عقوبة الضرب على القفا في الماضي كانت عملا مجدياً. فقد كانت تقع عامة حين يقرر المعلم الحانق " تهدئة " الذي اثار حنقه. من هنا كان ضرر الضرب. فلكي تستعيد العقوبة القديمة هيبتها وتعيد الافكار الى موضعها وتعود بالمشاغب الى رؤية افضل للاشياء، فانها يجب ان توقع حين تكون موضع استحقاق بالفعل وتنزل في الوقت المناسب.

ليس الحنق هو الذي يجب ان يقرر الحاجة الى صفع القفا او العقوبة بصورة عامة بل في الوقت الذي يقدر فيه المسؤول وبكل هدوء، ان التدبير يفي بالغرض وان من المناسب التدخل بسرعة وفعالية.

فصفعة القفا المفيدة التي تنشط الدم يكون لها في هذا الوقت بالذات اثر طيب على الولد. ذلك انها تحدث في الوقت الذي يكون فيه الولد قد أدرك انه تجاوز كل حد وان العقوبة مستحقة. في الواقع يمكن القول انه كان ينتظرها وانها تطمئنه.لكن ما يجب تجنبه على العكس هو ان تنزل عقوبة صفع القفا فجأة تذهل الولد. تلك العقوبة هي العقوبة التي تأتي في وقت يكون فيه المعلم او المسؤول، حانقا نتيجة لتراكم أخطاء كان ينبغي المعاقبة عليها في وقتها، لكنها تركت، ثم اذ هو يقرر التصرف اخيرا.

((كيف تعاقبينه ؟))

مع ان الحرية شيء جوهري في حياة الطفل، الا ان معظم الاطفال بحاجة الى معرفة الحدود والقيود المفروضة على تصرفاتهم في سبيل التوصل الى مستوى الشخصية السليمة في المستقبل. والانظمة تقتدي العقوبات بطبيعة الحال. ولكن متى وكيف يجب ان تكون العقوبة؟ هنا يكمن السر الذي يجب توضيحه. وهذه هي المشكلة التي تشغل أذهان الكثيرين من الآباء والامهات. وفيما يلي بعض التوجيهات التي قد تكون مفيدة لك في مجال اختيار العقوبة الامثل لطفلك.

١- **الانضباط الذاتي:** تشير بعض الدلائل الى ان العقوبة الكبيرة تفيد في الانضباط فقط في حالة ما اذا كان الطفل يعتقد انه قد يضبط متلبسا بالجرم المشهود. وعلى كل حال، فمن المفيد إيقاع بعض العقوبات الخفيفة على ان تترافق مع بعض التوضيحات البسيطة للانظمة.

٢- **يجب ان تكون العقوبة مناسبة للمخالفة:** مهما كانت العقوبة بسيطة، فمن المؤكد انها ستسبب الألم للطفل الصغير، فمن الامور التي تزعجه ان يحرم من بعض الأمور التي يرغب ان يستمتع بها وان تقيد حريته اذ من الصعب عليه ان يستوعب الأنظمة كما لا يستطيع ان يجد لها ما يبررها او ان يرى الوجهة العقلانية فيها.

ومن الناحية الأخرى فان الاكتفاء بالتهديد حول نتائج المخالفات قد يشعر الطفل بفقدان سيطرة امه عليه، بالاضافة الى انه لا يأخذ فكرة كاملة عن الآثار التي يمكن ان تترتب على مخالفته. وأخيرا فان التهديدات غير المنفذة تقلل من مصداقيتها.

ومن النواحي المهمة في العقوبة يجب ان تتدرج من الخفيف الى الشديد اذا اريد للعقوبة ان تبقى فعالة ومفيدة. ومع هذا فلا يجوز أبداً اللجوء الى العقوبة الجسمانية بالنسبة للطفل الذي لم يتجاوز العاشرة.

٣- **كوني واضحة وصريحة:** وضحي للطفل الحدود التي يجب ان يقف عندها دون ان يتجاوزها والأنظمة العائلية التي يجب ان يلتزم بها. واستمري في التوضيح والتفسير لطفلك، وباستعمال نبرة الصوت المناسبة والإصرار الكامل، حتى يتأكد طفلك انك تعنين ما تقولينه بالفعل. وفي الواقع فان كثيراً من الأطفال يحاولون ان يتعرفوا ما إذا كان الغضب حقيقيا أم لا. لذلك فلا تسيئي استعمال هذه القوة الكامنة فيك، والتي بإمكانها ان تمنع طفلك من أنواع السلوك التي ترضيك.

((كيف يتعلم الطفل))

يعرف التعلم بأنه كل تغير يطرأ على أداء الكائن الحي او على سلوكه او في اتجاهاته وميوله ومعارفه وخبراته هذا التغير الناتج عن المران والتدريب والممارسة والتكرار، وليس ذلك التغير الذي يطرأ على سلوك الكائن الحي نتيجة للسكر او تعاطي الخمور والمخدرات او التخدير او المرض الطويل المزمن او الضعف او الهزال او الكساح او الحوادث والإصابات وهو ذلك التغير الذي يسير في الاتجاه الإيجابي بالتعلم ومثل ذلك: تعلم المهارات الحركية كتعلم المشي وركوب الخيل والدراجات والسباحة والرماية والعزف، ومتعلم المهارات الذهنية كحفظ قصيدة من شعر او آية من القرآن الكريم. وفي تفسير عملية التعلم يقال ان التعلم تكوين او مفهوم فرضي أي افتراضي، بمعنى اننا نفترض وجوده او جودته افتراضا، ذلك لاننا لا نرى او نلمس او نلاحظ بصورة مباشرة ما يحدث داخل الكائن الحي حتى يتعلم، ولا ندري ماذا يحدث من العملية الداخلية التي تصاحب عملية التعلم، وانما كل ما نلاحظه هو تغير يطرأ على السلوك، فالطفل يغير سلوكه من الحبو مثلا الى المشي، ومن عدم القدرة على الكتابة والقراءة والحساب الى اتقان تلك العمليات.

اذن فكل ما نلاحظه هو السلوك الذي نستدل منه على حدوث عملية التعلم ... فالتعلم اذن لا نلاحظه مباشرة وانما نستنتجه استنتاجا.

ويختلف التعلم عن التعليم، ذلك لان التعلم هو ذلك النشاط الذاتي الذهني والحركي الذي يبذله الفرد حتى يتفق الاتيان بمهارة معينة، أما التعليم فهو ذلك النشاط الذي يقوم به المعلم او المربي او المدرس من شرح وتفسير وتأويل وايضاح وحل حتى يستطيع المتعلم ان يتعلم.

والتعلم هو احد العمليات العقلية العليا، والتي من بينها الادراك والتذكـر والتفكير والتخيل والتصور والاستدلال.

وهو يختلف عن النضج ذلك لان النضج عملية طبيعية تحـدث داخـل الكائن الحي وهي محصلة او النهاية التي تصل اليها عمليات النمو في الكـائن الحي ومن ذلك وصول الكائن البشري الى النضج الجنسي حين تصل أعضـاؤه الى القدرة على التناسل والتكاثر.

وعلى الرغم من اختلاف التعلم عن النضج الا ان ثمـة علاقـة تقـوم بينهما، من ذلك ضرورة اعتماد التعلم على مستوى ما يصل اليه الفرد من نضج عقلي او ذهني ونفسي وجسدي.

فقد دلت التجارب التي أجراها عالم النفس ارنولد جيزل على التوائـم ان التدريب المبكر الذي يتلقاه احد افراد التوائم قبل نضوج عضلاته عديم الفـائدة. فقد درب احد التوائم على تسلق درج السلم وعلى بناء المكعبات لمـدة ستـة أسابيع وترك التوأم الآخر بلا تدريب ثم اخذ في تدريبها معا لمدة ستة أسـابيع أخرى ثم قاس قدرتهما فتبين ان قدرتهمـا متساوية تقريبا، ومعنى ذلك ان مـا تلقاه التوأم الاول من تدريب مبكر قبل نضوج عضلاته كان عديم الجدوى، وان التوأم الناضج استطاع ان يحصل على نفس القدرة من المهارة في نصف المـدة التي تلقى فيها التوأم الآخر التدريب.

ومثل هذه الحقيقة تدعو الآباء والأمهات والمعلمين الـى عـدم تعجـل عمليات التعليم في أبنائهم وذلك لان تعجل التعلم فوق انه عديم الفـائدة، فـهو يعوق سير النمو السليم ويعرقله فقد يؤدي إرغام الطفل الصغير على التدريـب على المشي قبل ان تنضج عظام ساقيه الى تشويههما او الى تقـوس العمـود الفقري، وعلى المستوى النفسي والعقلي ان تكليف الطفل الاتيان بما لا طاقة لـه

به يجعله يشعر بفقدان الثقة في ذاته، كما يشعر بالإحباط والفشل، وقد يكره المدرسة والمعلمين والمواد الدراسية ولذلك لا بد من مراعاة مستوى نضوج المتعلم. بحيث لا نفرط في فرص التعلم ولا نتعجله.

وهناك شروط عديدة تجعل من عملية التعلم عملية فعالة من ذلك ضرورة توفر الدافع لدى المتعلم، وكذلك ضرورة وجود التعزيز او المكافأة على كل ما يبذله الكائن الحي من جهد في سبيل التعلم، ويؤدي التعزيز الى تثبيت الاستجابات المعززة واتقانها، كذلك لا بد من التكرار حتى ترسخ المعلومات في ذهن المتعلم، ولا بد من الاعتماد على الجهد الذاتي للمتعلم في جمع المادة العلمية وتحصيلها، كذلك لا بد من الاعتماد على عمليات مثل التسميع الذاتي ومعرفة نتائج التعلم أول بأول، وتوزيع الجهد على فترات يتخللها فترات من الراحة والاستجمام، وهناك الطريقة الكلية في التحصيل ومؤداها ان يأخذ المتعلم فكرة عامة وانطباعا عاما عن موضوع تعلمه اولا ثم يأخذ في تعلم الجزيئات والتفاصيل الدقيقة ثم بعد ذلك يعود ليطابق بينها. ويفيد توفير الإرشاد التوجيه للمتعلم اولا بأول. وتلعب طرق التدريس وشخصية المعلم وإمكانات المنزل والمدرسة دورا هاما في عملية التعلم.

وهناك نظريات عديدة وضعت لتفسير عملية التعلم من ذلك نظرية التعلم بالمحاولة بالخطأ والتي ترجع الى عالم النفس الأمريكي ادوارد ثورنيك، ونظرية التعلم الشرطي والتي ترجع الى عالم الفسيولوجيا الروسي ايفان بافلوف ونظرية التعلم بالاستبصار والتي ترجع الى عالم النفس كهلر، وهناك نظريات لكل من هل وسكينز وجاثري وغيرهم من العلماء. ولقد اجريت معظم تجارب التعلم على الحيوان وليس على الانسان، انطلاقا من المبدأ القائل بان الانسان لا يختلف عن الحيوان الا في الدرجة.

((أشد ما يحتاج إليه طفلك))

• احترام النفس عنصر أساسي في النجاح، فساعدوا أطفالكم على اكتسابه والاحتفاظ به في " صبيحة" ضمت عددا من الصديقات حول كؤوس القهوة، دار الحديث بينهن عن أولادهن، قالت إحداهن:

- اننا نلقحهم هذه الأيام ضد كل الأمراض : شلل الأطفال، الكزاز، الجدري.. ولكم يسعدنا لو أوجد لنا الأطباء لقاحا ضد .. الفشل!

الفكرة طرحتها السيدة على سبيل : التنكيت" ولكنها ليست كذلك في الواقع إنها الفكرة التي سبر اغوارها البروفسور كوبر سميث أستاذ على النفس في جامعة كاليفورنيا فقط حيث عمد إلى كشف وتحليل العنصر المشترك لدى معظم الأشخاص الذين نجحوا في الحياة: انه المسلك القائم على رأي جيد للمرء في نفسه. وطرح علماء النفس هذا السؤال: كيف يمكن لهذا المسلك ان يغرس في نفوس الاطفال لكي يتحول الى ملكة فيهم؟.

يقول كوبر سميث: نحن نعرف، منذ زمن طويل، مدى اهمية تقدير المرء لنفسه حق قدرها، ولكن لماذا يكتسب بعض الناس هذه الملكة ويعجز آخرون عن اكتسابه؟

وأكب كوبر سميث، طوال ست سنوات، على دراسة نفسيات اشخاص في مقتبل العمر، من الطبقة الوسطى، وعائلاتهم. وهكذا درس ١٧٤٨ صبيا بين السن السابقة للمراهقة ومطلع سن البلوغ وخلص من هذه الدراسة الطويلة المتعمقة الى ان الآباء والأمهات هم الذين يملكون القدرة على إكساب اولادهم الثقة بالنفس او العكس اما الوسط الاجتماعي والصفات الوراثية

فليس لهما سوى دور ثانوي جدا، ذلك ان رأي الطفل في نفسه انما يتكـــون في البيت، وهو ميال للنظر الى نفسه كما ينظر اليه والداه او كمـــا يظـــن انهما ينظران اليه ولنلاحظ عابرين، ان هذه الدراسة التي اجريـــت علـــى مئات الصبية تصح ايضا بالنسبة للبنات.

وفي رأي كوبر سميث ان الجو العائلي الذي أحاط بطفولته الأشـــخاص الذيـــن حققوا النجاح فيما بعد بفضل ثقتهم بأنفسهم يمثل ثلاثة مظاهر مشتركة:

- **اولها:** الحب كان سائدا في تلك الأسر حيث لا يكتفي الآباء بتدليل أطفالـــهم وتقبيلهم بل يمحضونهم حبا حقيقيا فيه تقدير واهتمام. فعندما يدرك الطفـل موضع عناية عميقة واعتزاز صادق عند والديه، يبدأ بالشعور انه يســتحق الاهتمام وينمو في اعماقه اهتمامه بنفسه وتقديره لها واعتزازه لها.
- **وثانيهما:** ان اهل الفئة العارضة مناقشـــة حـــرة وطليقـــة، وحتـــى الآراء المتطرفة التي قد يعبر عنها الجيل الجديد في كثير من المواقف تجـــد مـــن الأهل أذنا صاغية وتحليلا جديا.

وانه لمن الخطأ – يقول كوبر سميث – ان يعتبر الاهل انفسهم معصومين عـــن الخطأ فاذا ما انتزعوا من اذهانهم هذا الاعتقاد اصبح بوسعهم ان يتصرفـوا بمزيد من الذكاء.

وفي رأي هذا العالم ان الاطفال الذين لا يحملون رأيا طيبا في أنفسهم تبدر عنهم بوادر أشبه بالاتكالية وطلب المساعدة من الآخرين.

الخوف والخجـــل :

من الطبيعي ان يكون الطفل قبل السن المدرســـية علـــى شـــيء مـــن الاستحياء ولكن استمرار هذا المسلك الى ما بعد السابعة او الثامنة يصبح مدعاة

للقلق وفي هذه الحالة يواجه الأهل عناء حقيقيا من أجل إكساب ولدهم الـــروح الاجتماعية وليس مـــن الحكمة قسر الطفل عن الاندماج في الحياة الاجتماعيـــة قبل ان يصبح مؤهلا لها. ومما يسهل هذه المهمة الى مدى بعيد جـــو التفـــاهم والانسجام اذا كان سائدا في الاسرة.

العنـــف والتبجـــح :

ويقول كوبرسميث: ان كل طفل ميال الى المشاغبة والعنف مع اخوتـــه او رفاقه انما ينطوي في اعماقه على ضعف يحاول تغطيته بمظهر القوة، وهـــذا ما يستدعي من الاهل المربين اهتماما خاصا. وليس القصد اللجوء الى العقـــاب للاصلاح بل ربما كان العكس هو الاصح والطريقة المثلى التي يقول بها علمـــاء التربية هي توجيه اهتمامات الطفل الى اشياء مفيدة ومثقفة كالرسم او الموســـيقى او الرياضة.

العجـــز عن اتخاذ قـــرار :

ان الاهل المترددين المرتبكين يعطون اسوأ المثل لأولادهم، ومممـــا يزيـــد الامر سوءا ان يلقى الطفل عقابا صارما في اعقاب اقدامه على اتخاذ قـــرار لا يكون موفقا اذ تنشأ في نفسه عقدة عدم الثقة فلا يتجرأ مرة ثانية علـــى اتخـــاذ موقف بمفرده، أما علماء النفس فيؤكدون إذا كـــان قـــرارا خاطئـــا لا يعنـــي بالضرورة الفشل أو الاخفاق، انه مجرد غلطة يمكن ان يأخذ منها الطفل درســـا مفيدا اذا وجد بالقرب منه من يبصره في ذلك.

عقـــدة الفشـــل :

ثمة اطفال لا يترددون في اتخاذ قرارات لا تكون دائما موفقه، ومنهم من

يتطلع الى تحقيق اهداف فوق طاقتهم، وفي اغلب الاحيان يلاقون تشجيعا من اهلهم التواقين الى رؤية اولادهم ناجحين، مثال ذلك الاب الذي يعرف ان ابنه غير ميال الى الدراسة الطويلة ولكنه يرغب في ان يفعل ذلك فيدفعه اليه دفعا وتكون النتيجة الإخفاق اثر الاخفاق مما يخلق في أعماق الفتى "عقدة الفشل" أي انه يتوقع مقدما عدم النجاح في أي عمل يقدم عليه، وغالبا ما يكون الامر كذلك.

وفي رأي علماء النفس انه خير لمثل هؤلاء الآباء ان يخففوا من حدة طموحهم ذلك انه ليس بوسع احد ان يرغم احد على النجاح، وكل ما يستطيعون فعله هو ان يحثوهم على اتخاذ صنعة تلائمهم ، منها مهم ان النجاح او الفشل في ذلك انما عائد عليهم في آخر المطاف وهذا الموقف من الاهل يساعد الى حد بعيد على انتقاء الفكرة الراسخة في أذهان الاطفال والقائلة ان اهلهم يعملون جائما على فرض الرأي عليهم.

وخلاصة القول انه من المستحيل إكراه الأولاد على المشاركة في نشاطات لا يميلون اليها اصلا والوسيلة الوحيدة هي تشجيعهم وتوجيههم الى الطريق الذي يبدو انه مفيد لهم.

((اتخاذ القرارات من شأن الأطفال أيضاً))

اعتدنا أن نرسل أطفالنا إلى المدرسة ليتعلموا القراءة والكتابة والحساب. إلا ان جماعة من الباحثين قد بدأوا بدراسة برنامج يهدف إلى تعليم نوع من المهارات التي يقولون عنها انها لا تقل أهمية للنجاح في الحياة، وهي القدرة على اتخاذ القرارات السليمة.

انطلقت البداية الاولى لهذه الأبحاث لدى ملاحظة الخبراء قلة الأطفال في المدارس الابتدائية الذي يعرفون ما يتوجب عليهم ان يعملوه اذا كانت المشكلة متعلقة باتخاذ قرار مناسب حول موضوع معين تجاه مشكلة خاصة.

ومع ان الكثيرين قد بدأوا بتطبيق طريقة المشكلات في تعليم الرياضيات وغيرها من العلوم، الا ان ثمة أسباباً جوهرية تدعو الى اتباع هذه الطريقة ايضا في تعليم المهارات المتعلقة بصنع القرارات ، وعلى الأخص فيما يتعلق بالمشكلات التي تنجم عن انتقال الطفل من المدرسة الابتدائية المحدودة الى مدرسة إعدادية او ثانوية قد يتعرفون فيها على بعض الطلاب ذوي النشاطات المرفوضة دينيا او أخلاقيا او قانونيا، مثل التدخين او شرب الخمور او إدمان المخدرات، بالإضافة الى ان الطفل في هذه المرحلة يواجه المشاكل التي تتعلق بالبلوغ وبداية البحث عن إثبات الذاتية الفردية.

وبما ان كثيرا من الأطفال لا يتعلمون أبدا أية نوع من أنواع السلوك

التي تساعدهم على حـــل مشكلات الحياة اليومية، فان مخاوفهم تتزايد وتتكشــف على مر الأيام، إلى حد انها قد تتطور إلى عقد نفسية أو مشاكل مزمنة.

وكمحاولة مبدئية لمساعدة هؤلاء الأطفال، فقد اقترح البـــاحثون ثمـــاني خطوات منطقية لمساعدتهم على تحديد المشكلة والتوصل إلى قـــرارا مناســب بشأنها:

- أسأل نفسك ما هي المشكلة التي تعاني منها؟
- قرر هدفك الذي تسعى إليه.
- فكر بأكبر عدد ممكن من الحلول لمشكلتك.
- فكر بالأمور التي يمكن ان تحدث فيما يختص بتبني أي حل من الحلــول التي توصلت اليها.
- اختر الحل الأمثل.
- خطط لتنفيذ ذلك الحل.
- ادرس نتائج الحل في المجال العملي، واعد التفكير في الموضوع مـــرة اخرى.

كما ان البرنامج الذي اهتم بتعليم الأطفال اشتمل علـــى المزيـــد مـــن القدرة على التحكم بالنفس،وعلى تحسين قدرتهم على الاصغاء وتنمية شـــعورهم الاجتماعي. كما اشتمل ايضا على القسم النظري الـــذي يعـــرض الدراســـات المتعلقة بالموضوع، وعلى القسم العملي الذي يطلب فيه التلاميذ ان يطبقوا مـــا تعلموه في الدروس النظرية.

ولدى دراسة النتائج الاولية لتطبيق هذه الطريقة الجديدة في المدارس المتوسطة, فقد تبين ان حسن التكيف الذي احرزه هؤلاء الاطفال كان نتيجة لتحسين مهاراتهم المتعلقة لحل المشكلات واتخاذ القرارات. وكان من الواضح ان القدرة على الإنجاز والتكيف النفسي تتزايد مع كثافة البرامج النظرية والعملية التي مروا من خلالها.

ويعترف القائمون بهذه التجربة ان بعض الأطفال يتمتعون بالخبرة في اتخاذ القرارات الاجتماعية، حتى ولو لم يتمرنوا على ذلك. ولكن النجاح الكبير الذي أصابته هذه التجربة ظهر في نتائجها على الأطفال الذين لم تكن لديهم هذه القدرة سابقا.

((طفلك موهوب (لاحظ سلوكه اليومي)))

يبدو ان اختبارات الذكاء ليست هـي المقياس الوحيد او الحصري لاكتشاف الأطفـال الموهوبين فالخبراء يعتبرون ان قائمة الأطفال الأذكياء تشمل أيضا ذوي المواهب الخاصة فـي بعض المجـالات المعينة مثل اللغـة او الرياضيات. كمـا ان بعضهم يقدر أهمية المميزات الأخرى، مثـل القـدرة علـى القيادة. ومع ذلك، فمن المهم جـدا التمييز بين المواهب الخاصة للطفل مـن جهـة واستعداداته الفكرية والذهنية من جهة أخرى.

فكيف بإمكانك ان تعرفي اذا كـان طفلك موهوبا، مع ان موهبة الطفل لا يمكن ان تقيم قبل بلوغه السنة الثالثة او الرابعة من عمره؟

ان بعض المعالم يقول الاختصاصيون، تظهر في مرحلة مبكـرة فـي المواليد الجدد، وذلك مثل درجة التيقظ غير العادية، او ارتفاع مستوى النشـاط الحركي، او قدرة الطفل على تمييز الأشخاص الذين يعتنون به وعلـى سـبيل المثال، فان بعض الأطفال يبدأون في الابتسام منذ اليوم الثاني من ولادتهم، بينما يعجز البعض الآخر عن تركيز بصرهم لمدة أسبوعين تقريبا.

وغالبا ما يجتاز الطفل الموهوب مراحل النمو المختلفـة بأسـرع مـن غيره، فقد يتعلم المشي قبل ان ينهي السنة الاولى من عمره، او انه قد يبدأ فـي

الكلام بجمل مفيدة، في الوقت الذي يكون اترابه ما يزالون يتعثرون في محاولاتهم الرامية الى النطق ببعض الكلمات البسيطة. ولكن غياب هذه العلامات لا يعني بالضرورة ان الطفل غير متقدم فكريا. فمع ان كثيرا من الاطفال الموهوبين ينطقون كلمتهم الاولى في الشهر السادس او اقل من ذلك، الا ان بعضهم لا يستطيعون الكلام حتى السنة الثالثة، ولو ان ما يقولونه عندئذ افضل بكثير مما يتكلم به رفاقهم.

وبالرغم من كثرة امثال هذه الدلالات التي تشير الى التفوق والإبداع، فإن والدي الطفل الموهوب يشعران بحاجة الى من يؤكد لهما هذه الحقيقة ويقنعها بها. وهذا يكون عادة حظ الطفل الموهوب من أبويه اللذين لا يقدّران كفاءاته وقدراته حق قدرها. وبدلا من ذلك فإنهما ينظران إليه على اعتبار انه مجرد إنسان لامع فقط. كما ان كثيرا من الآباء والأمهات يفترضون ان الموهبة تعني العبقرية. فاذا لم يكن الطفل عبقريا فانه بنظر والديه ليس موهوبا!

وعلى كل حال، فإن الابوين يستطيعان ان يكتشفا ما اذا كان طفلهما موهوبا ببساطة، وذلك بملاحظة سلوكه اليومي. وبإمكانهما ان يتأكدا من موهبة طفلهما، اذا لاحظا انه يتمتع بمعظم السمات الشخصية التالي:-

١- عنده مجموعة واسعة من الثروة اللغوية. ويتعلم الكلام قبل غيره. ويستعمل جملا مفيدة قبل نهاية الشهر الثامن عشر من عمره.

٢- يتعلم القراءة والكتابة قبل السن المتعارف عليها لتعلم المهارات المتعلقة بذلك.

٣- فضولي كثيرا ويوجه كثيرا من الأسئلة وبشكل دائم.

٤- قادرا على التركيز المكثف والانتباه لفترة طويلة نسبيا.

٥- ذكي في حل المشكلات التي تعترضه، ومـــاهر فـــي اجتيـــاز العقبات التي تقف في سبيله.

٦- يتعلم المهارات بسرعة.

٧- عنده مجموعة واسعة من الاهتمامات والميول والرغبات.

٨- يتمتع بمقدار كبير من روح الدعابة والمرح، ويتذوق النكتـــة، وربما كان مغرما بالإيحاءات اللفظية.

٩- يتميز بمستوى عالٍ من الطاقة والنشاط.

١٠- قوي الذاكرة.

ومن الدلالات الاخرى ان يختار الطفل زملاءه من الذين يكبرنـــه فـــي السن. وان يفضل صحبتهم واللعب معهم على غيرهم، وكذلك القدرة علـــى ان يرتب الاشياء او الافكار بطرق خلاقة غير عادية. وبعض الاطفال الموهوبيـــن ينامون اقل من غيرهم.

وبالرغم من ان القدرات غير العادية للطفل لا تضمن له لوحدها انجـــازا مدرسيا جيدا، الا ان الآباء والامهات غالبا ما يتأخرون في ادراك هذه الحقيقـــة وملاحظة العوامل الاخرى التي تساعد على تفوق الطفل في دراسته، مثل وجود الدوافع القوية الى الدراسة وحوافز التفوق والتقدم والعادات الجيدة التي تعـــود على الطفل بفوائد النظام والصبر والمثابرة على الدراسة وما اليها.

واذا لم يتلق الطفل الموهوب التشجيع الكافي، فانه لا يحقق مســـتويات الانجاز التي تؤهلها له استعدادته ، بل ويتولد لديه احساس متنام بالملل والشعور الغامض بالاحباط وخيبة الامل، حتى ان انتاجه المدرسي نفسه يتدنى ويضعـــف

في كثير من الحالات، وغالبا ما ينتهي الى الفشل في جميع مجالات الحياة المختلفة.

وعلى هذا فمن واجب الوالدين ان ينتبها الى طفلهما، ويكتشفا صفاته الفريدة، ويعملا على تنميتها الى اقصى حد ممكن. علما بانه اكبر خرافة في هذا المجال هي تلك التي تعتقد بان الطفل الموهوب ليس بحاجة الى اية مساعدة، وان بامكانه ان يشق طريقه بنفسه، وان الاهتمام والتشجيع يجب ان ينصبا على الاطفال الآخرين حصرا. وهذا خطأ كبير، فان اكثر من عشرة بالمائة من اطفال المدارس هم من الموهوبين، الا ان معظم الكفاءات الكامنة لدى هؤلاء تضيع هدرا بسبب عدم تلقيها للتشجيع والدعم اللازمين.

وكذلك لا يمكن إغفال الدعم العاطفي. فكثيرا ما يشعر الطفل الموهوب بوطأة الضغط الواقع عليه من جراء اختلافه عن رفاقه، سواء في الحي او في المدرسة.

إن الأطفال العادين لا يشاركون الطفل الموهوب اهتمامه المكثف بالدراسة وشغفه الشديد باكتساب المعرفة، حتى انهم قد يشاكسونه ويؤذونه لا لشيء إلا لاختلافه عنهم. وكنتيجة لذلك فكثيرا ما يهمل الطفل الموهوب كفاءاته، وينفر من الإنتاج المدرسي كوسيلة لتحقيق الانسجام بينه وبين رفاقه، ولضمان التكيف مع (المجتمع) من حوله.

ولكن هل يعني هذا ان الاطفال الموهوبين يجب ان يوضعوا في مدارس خاصة بهم؟ كلا ليس بالضرورة.

إن معظم الخبراء ليشعرون ان الابوين يستطيعان ان يلعبا دورا مركزيا في مساعدة طفلهما على التوصل الى أقصى قدر ممكن من الإنجاز الذي تتيحه

له استعدادته الكامنة وذلك باتباع الارشادات التالية:

١- **اتح لطفلك الحوافز اللازمة:** وذلك بأن تقرأ له وتتحدث وتلعب معه. شجعه على ممارسة هواياته وزوده بالأدوات اللازمة لتنمية اهتماماته الخاصة. خذه الى المكتبة العامة والمتحف، وعرفه على اكبر قدر من مصادر المعرفة مثل المراكز التعليمية والثقافية وغيرها.

٢- **دع الطفل يمارس طفولته:** فان كون الطفل موهوبا يعني تفوقا واضحا في نموه الفكري على نموه العاطفي. فاذا كان الطفل في الخامسة من عمره فقد تدل مؤشرات الذكاء الى ان عمره العقلي اكبر من ذلك. اما من الناحية العاطفية فمن المؤكد انه ما زال طفلا له رغباته الخاصة بالاطفال التي لا يستطيع ان يتجاوزها.

٣- **أحبب طفلك كما هو عليه:** ولا تقيد حبك له وحنانك عليه بأية شروط معينة، مثل الإنجاز المدرسي وغيره.

٤- **تقبل طفلك على علاته:** فكلما اشتد تألقه الفكري ، ازدادت قابليته للانطواء على نفسه. ومع ذلك فلا مانع من تشجيعه بأساليب غير مباشرة على ان يكون انفتاحيا على الغير واجتماعيا في علاقاته مع رفاقه ومعلميه.

٥- **شجعه على المجازفه:** وكافئه على المحاولة بغض النظر عن مدى النجاح الذي يحرزه في ذلك. فمن شأن هذا ان يحثه على بذل المزيد من الجهد في سبيل تحسين إنتاجه.

((تجارب مؤلمة يمر بها الطفل))

" انظر إلى أختك ريما كيف تتناول طعامها بمنتهى الذوق والكياسة. انها ملمة تماما بآداب المائدة".

" وكيف تؤجل وظيفتك حتى آخر دقيقة؟ ان أخاك دائما يكتب وظيفته فور عودته من المدرسة".

" لماذا لا تكون مثل شقيقك فؤاد؟ انه دائما أنيق الملبس حسن المظهر نظيف الثياب".

عندما يقول الأب أو تقول الام مثل هذه الكلمات لطفلها، فان رد الفعل يكون في كثير من الأحيان سلبيا، ومن المحتمل انه سيكره شقيقه، وسيشعر بالحقد عليه، ويحس ان ابويه يتحيزان الى جانبه. وكذلك فقد يصاب بالإحباط وخيبة الامل، وربما فقد الثقة بنفسه، وكأن لسان حاله يقول: " ما دمت عاجزا عن ان اصبح كما يريد ابواي، فلماذا استمر في محاولاتي العقيمة؟".

ومع ان نسبة قليلة من الاطفال قد يجدون في مثل هذه الكلمات نوعا من التحدي الذي يدفعهم الى مضاعفة الجهد في سبيل الحصول على رضى الوالدين، ومع ان هدف الابوين من مثل هذه الكلمات هو إثارة شعور المنافسة لدى طفلهما، وحثه بتلك على بذل المزيد من الجهد في سبيل تحسين مستواه الأخلاقي او الدراسي، الا ان رد الفعل يكون على الاغلب معاكسا تماما لهذه التوقعات.

ويتذكر فريد تجربة مؤلمة مرّ بها عندما كان طفلا. فقد كان ابوه يقارن دائما بينه وبين اخيه جمال، فيعدد له مناقبه، ويذكر ذكاءه وسرعة بديهته

ونشاطه الحركي. ثم ينتقل الى الحديث عن فريد وغبائه وقلة كفايته. ويقول فريد بألم : كثيرا ما شعرت برغبة في الهروب من ابي وشقيقي. لم يكن المنزل مأوى دافئا ارغب بالعودة اليه في آخر النهار، وانما كان جحيما لا يطاق...

ويتابع فريد قائلا: إنني لا أزال ارزح تحت وطأة هذا الشعور. حتى انني اكره العطل، لان ابي يستطيع ان يتابع ضغطه علي، فأنه يبدأ حديثه في الدقيقة الاولى التي يراني فيها فيقول: لماذا انت نحيف هكذا؟ يجب ان تعتني بصحبتك يا بني. انظر الى جمال : انه ممتلئ صحة وحيوية ونشاطا.

ويصر فريد على ان المقارنة تضر حتى الشخص المفضل. ويقول في ذلك ان ابي كان يقول لي أحيانا انني مرتب اكثر من أخي. وقد كان يغمرني شعور بالفخر في مثل تلك اللحظات. ولكنني سرعان ما كنت أعود إلى الشعور بالقلق. متسائلا: هل أستطيع ان أحافظ على هذا المستوى الذي وضعني فيه أبي؟ وعلى فرض انني استطعت ذلك، ماذا بشأن أخي؟ وماذا سيحصل إذا استطاع أخي ايضا ان يصبح مرتبا هو الاخر. انا متأكد تماما ان ابي كان يقصد من عبارته ان يستثير حماستي. ولكنه كان يفعله في حقيقة الأمر هو انه كان يزيد في رغبتي بمنافسة اخي.

ويتابع فريد قائلا: لقد استغرق الامر مني وقتا طويلا حتى ادرك انني، كشخص بالغ، كنت لا ازال اصنع مع نفسي ما كان يصنعه ابي معي، حيث انني كنت باستمرار اقارن انجازاتي مع انجازات الاخرين. وكانت نتيجة ذلك دائما هي الشعور بالإحباط ونقص الكفاءة اللازمة واليأس.

ويذكر احد الآباء انه نذر على نفسه عهدا ان لا يقارن بين اولاده لما يعرفه من المقارنه من اضرار. ولكنه لم يكن ينتبه الى نفسه حين كان يخالف مبدأه. وذلك انه كان يلجأ الى المقارنة في نوبات الغضب كان يقول: هل من الضروري ان تكون الوحيد الذي يضطر العائلة كلها الى الانتظار؟ ان اخاك كان جاهزا منذ عشر دقائق. وكذلك فقد يلجأ الى المقارنة في نوبات الفرح: ان أخاك الكبير ما زال يحاول في هذا الموضوع منذ ساعة، وانت عرفتها بدقيقتين. وفي الحالتين لم يكن الامر يؤدي الا الى المشاكل.

إلا ان هذا الأب نجح أخيرا في التخلص من عادته السيئة، وفي مقاومة شعور الاغراء الذي يدفعه الى مقارنة طفل بآخر. وفي كل مرة كان يحس بالرغبة في المقارنة، فقد كان يقول لنفسه: " توقف! مهما كان نوع التوصية التي يجب ان توجهها لهذا الطفل: فبالإمكان ان تقولها له مباشرة وبدون اية اشارة الى اخيه" ان الكلمة الرئيسية في هذا الموضوع هي الوصف والوصف فقط. صف ما ترى ببساطة. عبر عن الامور التي تحبها. اذكر الامور التي لا يجوز ان يفعلها. وان النقطة الهامة التي تتمثل بالالتزام بموضوع هذا الطفل وسلوكه حصرا ولا يجوز ان يقال أي شيء عما يفعله او لا يفعله اخوه.

وقد يقول قائل: اننا نعيش في مجتمع قائم على التنافس. أفلا يحتاج الطفل الى شعور المنافسة في المنزل حتى يكون جاهزا للتعامل مع المجتمع الخارجي؟ حسنا لا بد ان ننتبه الى الفرق بين عاملين اثنين. فإذا كان المقصود هو اعداد الفرد بشكل يمكنه من أداء واجباته بكفاءة وبطريقة تدعم ثقته بنفسه، واذا كان الهدف هو تمكينه من تحقيق أهدافه، فمن الممكن تحقيق ذلك عن

طريق توفير بيئة تعمل على تشجيع التعاون، علما بأن أهم فائدة يكتسبها الطفل من نشأته في مناخ تعاوني تتمثل في النتائج الرائعة التي تتمخض عنها مثل هذه البيئة، بما في ذلك احترام الآخرين من جهة والثقة بالنفس من جهة أخرى.

ولرب سائل يسأل: اذن، فما هو دور المنافسة؟ ومتى تكون المنافسة شيئا مرغوبا؟ في الواقع ان التنافس يمكن ان يؤدي الى نوع من الزخم الذي يدفع بالفرد الى نوع من الانجاز. ولكن ذلك لن يكون ابدا بدون مقابل. يبدو ان لكل شيء ثمنه في هذه الحياة. وان الدراسات التي اجريت على الطلاب في المدارس، وعلى رجال الاعمال في المكاتب والمصانع، لتشير الى ان التنافس اذا اصبح حادا، فان الفرد يصاب بنوع من الاعراض المرضية، مثل الصداع وآلام المعدة وآلام الظهر. وكذلك فقد يصاب ببعض العقد النفسية والعاطفية. وقد يتنامى شعوره بالقلق والشك، وربما تزايد ميوله العدواني. لماذا لا نوفر في بيوتنا ملاذا يحمي أبناءنا وبناتنا من هذه التوترات المؤلمة؟

وبالإضافة الى المقارنة المباشرة، فالأبوين يجب ان يبتعدا ايضا عن المقارنة الضمنية. فإذا قالت الام مثلا لابنتها شيئا حسنا عن اخيها، فليس من المستبعد ان تفسر الفتاة كلمة امها على انها تفضل اخاها عليها، وعلى انها تنتقدها بشكل غير مباشر، وانها تنتقص من قيمتها. فان كلمة مثل " ان اخاك مجتهد في دراسته"، قد تترجم في ذهن الطفلة الى عبارة سيئة مثل " انت كسولة". من حق اطفالنا علينا ان ان نجنبهم مثل هذه المعاناة.

ولكن ماذا يستطيع الابوان ان يفعلا بشأن شيء خاص فعله احد الاطفال في حال وجود الآخرين؟ قد يشعر الابوان بالحيرة فهما لا يرغبان ان يبترا فرحة طفلهما بانجازه العظيم وخاصة في لحظة الانتصار والفوز، ومن جهة

اخرى فانهما لا يريدان ان يثيرا حساسية أشـــقائه. يتمثـــل الموقـــف المعتـــدل بالاقتصار على وصف الحالة النفسية للطفل، كأن نقول له لا بـــد انـــك فخـــور بانجازك. ويبدو ان التدريب والمثابرة قد اعطيا مفعولهما، وانتهيا بك الى هـــذه النتيجة. أما العاطفة الجياشة والاثارة الحلوة التي تشعرين تجاه انجـــاز طفلـــك، فيجب ان تحتفظي بهما لنفسك الى ان تحين الفرصة المناسبة للانفراد به تجـــاه انجازه.ان الاحجام عن مقارنة الاطفال ببعضهم هو نوع من التحدي الذي يتطلب مقدار كبيرا من قوة الارادة. ولربما فشل في هذا المجـــال كثـــير مـــن الآبـــاء والامهات الذين اعتادوا على ممارسة هذه العادة السيئة. الا ان النجاح في هـــذا الموضوع يعطي ثماره المؤكدة في واقع الامر، ويجعلك تشعرين بالفخر ليـــس بما فعلته وانما بما امسكت عن فعله.

((مشاكل الآباء الجدد))

على الرغم من كل المتع والمسرات التي يمكن ان يتوقعها المرء من ولادة الطفل، فان هذا المخلوق الصغير الضعيف يحمل معه مجموعة ضخمة من التحديات. ورغم ان بعض الرجال والنساء يدفعون ثمنا غاليا في سبيل الحصول على لقب بابا او ماما، فان الكثيرين ينتقلون الى مرحلة الابوة والامومة بسهولة نسبية.

وتهتم الدراسات الحديثة بالكيفية والاسباب التي تؤثر بموجبها المواليد الجدد على تغيير علاقات ابائهم وامهاتهم. ومن المواضيع التي تهتم بها هذه الدراسات ايضا طبيعة التغير الذي ينشأ على نوعية الحياة العائلية عندما يستقبل الزوجان مولودهما الاول، وعلى مدى الرضى الذي يشعر به كل من الزوجين عن زواجه، ومدى نظرة كل منهما الى رومانسية العلاقات بينهما، وكيف يقسمان اوقاتهما بين اداء واجبات العمل من جهة والواجبات البيتية من جهة ثانية وواجبات العناية بالطفل من جهة ثالثة.

ولقد تمخضت التجارب الأولية التي أجريت في هذا الصدد عن نتيجة أساسية لاحظهما الباحثون بكل وضوح، وهي ان الأبوة او الأمومة تفرض ضريبتها الحتمية على الزواج، وإن السنة الأولى من ولادة الطفل الأول تتميز بشعور عام من الانزعاج يطغى على علاقات الأسرة. اما الزوجة فانها تعاني من أوقات صعبة بشكل خاص، وذلك كنتيجة لاكتشافها انها تقوم بأكثر من حصتها في الواجبات البيتية وواجبات العناية بالطفل. ومع أطلال الطفل الجديد على هذه الدنيا، فان كلا من الزوجين يشعر بان علاقته بالآخر قد غدت ابعد

عن الرومانسية وأقرب الى ان تكون علاقة عمل بحيث يحمل كل منهما حصته في هذه الشركة الثنائية.

وليست هذه المشكلة مقتصرة على الطفل الاول، بل ان هذا الشعور يتزايد مع ولادة الطفل الثاني ثم الثالث وهكذا دواليك.

وسواء اكان المولود هو الاول او ما بعده، فان الكثيرين من الازواج يعانون اكثر من غيرهم عند وصول الطفل. وفي سبيل دراسة السبب الناجم الذي يؤدي الى هذه الظاهرة، فقد قام العلماء بدراسة عدد من العناصر التي تلعب دورها في تكيف الأشخاص مع أوضاعهم الجديدة كآباء وأمهات.

ومن الامور التي اكتشفت في هذا الصدد العلاقة بين ما يجري أثناء ساعات العمل من جهة وخارج أوقات الدوام المهني من جهة أخرى. ولقد عمد القائمون على هذه الدراسات إلى استقصاء المعلومات المتعلقة بمدى الدرجة التي تؤثر بها العودة من العمل إلى البيت في حالة من التعب او التوتر او خيبة الأمل، على حسن الأداء والقيام بالدور المناسب كشريك حياة مع الطرف، وكأب للطفل. وقد قام العلماء ايضا بإحصاء درجة رضى كل منهم عن عمله.

ومن النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة ان الرجال الذين يعملون في المستويات المهنية الدنيا، او في الأعمال التي لا تتطلب مهارات فنية، والذين يتميزون بعدم الرضى عن أعمالهم، كانوا عاجزين عن التخلص من هموم العمل عندما يرجعون الى البيت مساء، وربما شعروا بنوع من الحساسية وعدم الصبر. وعلى العكس من ذلك، فالجانب المشرق من القضية يشير الى ان الازواج الموفقين في اعمالهم، او الذين يستطيعون ان يقيموا توازنا طيبا

بين مسؤوليات الحياة العملية والمنزلية، يشعرون بالرضى عن ازواجهم بعد ولادة اطفالهم ويحرص هؤلاء على إبقاء قنوات الاتصال مفتوحة، ويقللون من مستوى التوتر.

وما كشفت عنه هذه الدراسات ان المشاكل تواجه الحياة الزوجية عادة اذا اختلفت التوقعات حول المصاعب المتعلقة بالأبوة أو الأمومة عن الصعوبات الحقيقة التي واجهوها بالفعل، بينما تكون هذه المشاكل أخف بكثير عندما تكون لدى الابوين صورة ادق عن المصاعب التي يحتمل ان يواجهاها بعد ولادة الطفل.

وكذلك فإن ذكريات الطفولة لدى كل من الزوجين تلعب دورها في تقرير مدى سهولة التكيف مع الوضع الجديد فالطفل يجلب معه متاعب صاخبة للأشخاص الذين تربوا في بيئة محرومة أثناء طفولتهم، والذين كانوا هم عناصر غير مرغوبة من قبل آبائهم وأمهاتهم بسبب ما كانوا يعانونه من أوضاع مادية سيئة. أما الأزواج والزوجات ذوو الخلفيات الأغنى، فان معاناتهم من أطفالهم تكون اقل نسبيا من غيرهم.

ومن الأمور التي يمكن ان تثير الخلاف بين الزوجين تقرير أي منهما سيقوم بالأعباء المنزلية بشكل عام، وبأعباء العناية بالطفل بشكل خاص. وغالبا ما تشتد هذه الخلافات، وتصل الى حد تسبب معه النزاع الدائم المزمن بين الزوجين حول الموضوع فلقد تبين ان النساء المثقفات اللاتي يرفضن النظرة التقليدية لدور المرأة في الاسرة يعانين من صعوبة كبيرة في التكيف مع الوضع الجديد بعد ولادة الطفل، بخلاف المرأة التي تعتقد بان مهمة المرأة الاولى هي تربية الطفل، وتعتبر انها مهمة رئيسية لها قدسيتها ومكانتها، فان

مثل هذه المرأة لا تعاني اية مصاعب تتعلق بتربية الطفل، بل تجد فيها بهجة تتعاظم مع تزايد عدد الاطفال من جهة وتقدمهم في السن من جهة اخرى.

ولقد بحثت هذه الدراسات ايضا مدى التأثير الذي يمارسه التكيف النفسي لدى كل من الابوين مع الوضع الجديد على تربية طفلهما، فتبين ان سلبية هذه العلاقة تتزايد طردا مع مدى نفور كل من الزوجين من واجباته تجاه اطفاله، وان النفور الذي يبديه الطفل تجاه ابويه وعدم الاستقرار الذي يشعر به يتعاظم هو الاخر مع ازدياد حدة انزعاجهما من المشاكل المتعلقة بواجباتهما تجاهه.

ومع ان المتاعب المتعلقة بتربية الطفل والتي تواجه الآباء والأمهات هي متشابهة جدا. ومع ان كل الأطفال يبكون ويزعجون والديهم في أوقات غير مناسبة، الا ان المشكلة تكمن في رد الفعل الذي يبديه الابوان تجاه المشكلة تماما كما يختلف موقف المتفائل والمتشائم تجاه الحياة.

وهكذا فاننا نجد دائما نصف الكأس بانها " نصف ممتلئة" في الوقت الذي يصر بعضهم على ان يسميها " نصف فارغة".

((الأم العادلة مع أطفالها))

هل تستطيع الأم أن تكون عادلة مـــع أولادهـــا الثلاثة مثلا، بحيث تعاملهم من دون أن يشـــعر أحـــد منهم بأي ظلم أو إجحاف بحقه؟ الأمر صعب للغايـــة، ولو ان علماء التربية ينصحـــون الأم بـــأن تكـــون عادلة مع أطفالها. بعض هذه الصعوبة تشرحه هنـــا والدة حاولت أن تكون عادلة بطريقتها الخاصة!

لعدة سنوات طويلة، حاولت سهام ان تكون الام المثالية التـــي يريدهـــا أطفالها، وحرصت على ان تساوي بين أطفالها الثلاثة في كـــل شـــيء. ولقـــد انطلقت في موقفها هذا من اعتقادها بان الله يحرّم علـــى الأبويـــن ان يشـــعروا أطفالهما بأنهما متحيّزان لأي منهم، حتى وان يكن أحدهم يتمتع فعـــلاً بمعاملـــة عادلة؟ وهل استطاعت إقناع أطفالها بأنها لم تكن منحازة إلى واحد من أطفالـــها الثلاثة؟

ومن الطبيعي ان الوالدين اللذين عندهما طفل واحد لا يشـــعران بـــهذه المشكلة أبدا ولا يعانيان منها. ففي حالة الطفل الوحيد، تستطيع الام، مثـــلا، أن توبخ ابنها او تدللـــه او تعامله حسب الظروف والملابسات المختلفـــة، دون ان تحسب أي حساب لمشاعره او لمشاعر طفل آخر، قد ينتبه الى اختلاف ما فـــي طريقة المعاملة التي يتلقاها عن معاملة شقيقه. ولكن عندما يصير عندها ثلاثـــة اطفال مثلا، وتضطر الى توزيع الواجبات والامتيازات عليهم، فان احتمـــالات الاتهام بانها ليست عادلة، ستكون اكثر مما كانت تتوقع!

كيف يجب ان تتصرف الأم؟

لنأخذ على سبيل المثال مشكلة سهام مع أطفالها الثلاثة..فابنـــها البكــر اعتاد على ان يتلفظ بكثير مـــن الكلمات البذيئة التي تدل على قلة الأدب، إلـــى حد انها باتت تشعر بالعجز التـــام تقريبا عن تربيته، بـــالرغم مـــن اســـتعمالها لأنواع كثيرة من العقوبات التأديبية، ولكن أيا منها لم ينفع في شيء.

وتختلف ابنتها عنه كثيرا.. فهي هادئة حلوة الشمائل، وحديثها مـــــهذب ظريف. فإذا صدف وحاولت ان تقلد أخاها في مناسبة ما، سارعت أمـــها إلـــى تعنيفها فورا، ولا تتساهل معها ابدا.

وأما ابنها الصغير، فانه يستعمل الكلمات البذيئة في بعـــض الأحيـــان، وعادة ما يكون هذا وقت الخصام، وعندما لا يجد طريقة أخرى لإثبات نفســـه، وخاصة عندما يكون العراك مع من هو اكبر من. هنا تتساهل سهام معه اكـــثر مما تتساهل مع اخته، ولكن بنسبة اقل من تساهلها مع اخيه الكبير.

ثمة سؤال منطقي يطرح نفسه هنا: كيف تجيز سهام لنفسها ان تعـــامل أطفالها الثلاثة بأساليب مختلفة تماما؟

والجواب بسيط جدا، ويمثل في ان الأم تحاول دائما تجـــاهل الســـلوك السيئ لتصب جام غضبها على ابنتها فقط، أولا لان تعنيفها وتوبيخـــها اســـهل، وثانيا لان سهام تعتبر صدور الكلمات النابية عن فتاة أمرا لا يجـــوز التســـاهل بشأنه.

وكان موقف سهام قريبا من ذلك ايضا مع ابنها الأصغر والذي كـــانت هفواته من الندرة بحيث انها كانت تعاتبه عليها مباشرة، وتنبهـــه إلـــى ان مـــن الافضل له ان يقلل من استعماله للكلمات الذيئة، باعتبـــاره ولـــدا مـــهذبا مـــن الاساس، ليس من المناسب ان ينزل الى مستوى غير لائق به.

وتعترف سهام ان الام لا تستطيع، ان تكون عادلة مع اطفالــــها بشــكل كامل، ولن يكون بامكانها ان تعاملهم معاملة واحدة تماما. ويبدو انـــها اقتنعــت بهذا الامر، وعملت بموجبه، إنها تعاني من تأنيب الضمير. وحول ذلك تقـــول: "أرى مثلاً، وحسب ظروف معينة، ان احد أطفالي بحاجة إليّ اكثر من غـــيره ربما لمدة اسبوع، وهكذا فانني اخصص له وقتا إضافيا، دون ان اشعر بـــانني يجب ان اقدم تقريرا رسميا يبرر سلوكي هذا".

وتضيف: " اذكر في هذا الصدد انني قررت مرة ان اخصـــص كـــامل الميزانية الشهرية للملابس لابنتي، وكـــان ذلك بسبب ظروف معينـــة وحالـــة نفسية كئيبة كانت تمر فيها.

ولكي لا يكون ثمة مجال لسوء الفهم، يذكر علماء التربية بحقيقة مهمـــة جدا، وهي انه لا يجوز في أي حال مـــن الاحوال للابوين ان يهملا او يتجـاهلا ايا من اطفالهما، وانه اذا دعت مناسبة معينة الى اتخاذ موقف خاص من احـــد الاطفال، فلا يجوز ان ننسى ان هذا استثناء وليس قاعدة يجوز تعميمها.

وهذه الحقيقة العلمية تعرفها سهام وتعترف بضرورة تطبيقها. وحـــول ذلك تقول: " في كثير من المناسبات أخذت أحد أطفـــالي الثلاثـــة علـــى حـــدة، واعتذرت له بإخلاص عن تقصيري معه، ومن حسن الحظ ان الطفل يغدو فـــي هذه الحالة متساهلا الى ابعد الحدود، ويلتمس لي الاعـــذار، او انـــه يتجـــاهل الموضوع كليا. ومع ذلك فانا متأكدة تماما ان ثمة صدعا كان موجودا، وانه قـــد ازيل، عندما عرف الطفل الملابسات الخاصة بالناسبة، وباعترافي للطفل انـــي كنت مخطئة معه، كان يستفيد درسا قيما في الحياة، يتمثل في ان الخطـــأ مـــن طبيعة الانسان، وأنه قابل للتصليح دائما" تتابع : " انا اقول هذا، وانني لمتـــأكدة تماما من انه ليس ثمة أم تستطيع ان تكون عادلة مع اولادها بكل ما في الكلمـــة من معنى، وتبقى محتفظة بهدوئها الذهني في نفس الوقت. لان العدالة الكاملـــة تقتضي عملا دقيقا ومرهقا. فاذا كان بنطال سامر قد كلف ستين لـــيرة، مثـــلا،

بينما لم يكلف فستان نهلة غير خمسين، فان هذا يعني انك مدينة لنهلة بعشر ليرات، والسعي الدائم لتحقيق مثل هذه العدالة يتطلب سلسلة لا نهائية من العمليات الحسابية والتصفيات والموازنات التي لا حد لها. أنا ارفض ان تكون العملية التربوية عملا حسابيا". وتذهب سها ابعد من ذلك وتقول : " ان تربية ثلاثة اطفال يشبه الى حد بعيد زراعة وردة ونبتة صبار وشجيرة فريز، فكل من هذه النباتات بحاجة الى كمية مختلفة من الماء والرطوبة والشمس والتشذيب. فاذا كان علي ام اكون عادلة بشكل كامل مع اطفالي، فيجب علي ان اعاملهم كما لوكانوا متشابهين تماما. ومن المؤكد ان هذه الطريقة عقيمة، ولا تؤدي الى اية فائدة على الاطلاق". تتابع: " فمنذ اسبوع مثلا طلبت مني ابنتي ان اسمح لها بالتأخر في السهرة. ولما لم اقبل، فقد لجأت الى اتهامي بالنفاق، لانني كنت اسمح لاخيها الاكبر بالتأخر في السهر عندما كان في عمرها. ولقد كانت على حق في ذلك، فقد كنت اسمح له بالتأخر في السهر فعلا. ولكني لم اكن لاسمح بذلك قطعياً، لو كنت اعلم وقتها من حقائق الحياة ما اعلمه الان. ومع ذلك فلم اذكر لابنتي شيئا عن هذه المعرفة التي عانيت كثيرا في سبيل الحصول عليها. وبدلا من ذلك، فقد قلت لها : تظنين انك تختلفين عن شقيقك؟ وبما أن ابنتي ليست غبية ولا بليدة الحس، فقد لاحظت الهدف عن سؤالي، وانتبهت الى الزاوية التي احاول ان احصرها فيها. ففي كثير من المرات كانت قد اكدت لي انها ليست مثل اخيها ابدا، الامر الذي يتضمن انها تستحق امتيازات عليه. فأجابت بحدة: " كلا ... حسنا نعم". فامسكت بطرف الخيط، وتجاهلت النصف الاول من الجواب، واكدت لها رأيها قائلة : " حسنا انت مختلفة بالطبع. وهذا بالضبط ما يجعلني اعاملك بطريقة مختلفة. والا فلن اكون عادلة معك يا حبيبتي". لقد كرهت نفسي بسبب اضطراري الى التلاعب بالالفاظ، واللف والدوران بهذه الطريقة ولكن الحقيقة هي أن المرء عندما يحاول ان يربي طفلا تربية صحيحة، فلا بد ان يقع احيانا في أخطاء، وان الخطأ ما هو الا الجسر الذي يوصل بين التجربة والمعرفة.

((لنوفر لأبنائنا الحّب))

في حياة الاسرة امور بسيطة لكنها عظيمة الشأن حقيقة.. فهي بمثابة دعائم تقوي العلاقة العائلية وتمتن الرباط المقدس الذي يضمها.. كما هي حال الجلوس على المائدة في الصبح والعشي.. وفي وقت الظهيرة، وتبادل أطراف الحديث.

لكن وللأسف.. فإن كثيرين – في زحمة الحياة – يستسهلونه، بل ويقللون من قيمتها أي تقليل .. فلا يعيرونها انتباها ولا قيمة.. فإذا بالعمر يمضي..كطرفة عين.. ونحن كما نحن لا زلنا غارقين في زحمة العمل.. وفوقها الهموم، التي تكاد لا تنتهي.. واذا بالرباط ينحل، وبقوة العائلة تتلاشى كما يتلاشى دخان لفافة في الكون الوسيع.

من صفات الانسان: كل انسان على وجه هذه البسيطة الانس والاجتماعية، فإن تخلى عن أنسه عاش في فراغ قتّال وأسى لا ينتهي.. واخذ يبحث عن البديل. فمن غير المعقول اذا ان نجرد الاسرة من احلى صفاتها لانها، حينئذ، لن تبقى اسرة ومجموعة افراد تعيش في فندق ان صح التعبير.. او يمكننا في هذه الحال ان ندعو نزلاء الفندق اسرة؟.. لا بالطبع.. فمهما طالت اقامتك في الفندق واتسعت علاقاتك فانت ذاهب لا محالة..

كما انك لن تتطرق الى مواضيع تتناولها الاسرة الواحدة، ذلك أن لكل فرد همومه ومتاعبه، وحين يغيب الرأس المدبر – وهو المقر والناهي – الذي تودعه العائلة اسرارها، يأخذ كل فرد بالغناء على ليلاه، يخبط خبط عشواء.. فلا مجيب ولا حسيب ولا رقيب.. وقد ينحرف الى الهاوية دون ان يجد من يقوم له المسير، ويعيده الى جاده الصواب.. ولن يساوره الندم كثيرا لانه كي يحافظ

على سلامة كيانه النفسي، يبدأ بتبرير كل شيء لنفسه.. وكثيرا ما يفوت الوقت لاستدراك ما ضاع. ربما يجادلك بعضهم فيقول: ما قيمة اجتماع العائلة على طعام الغداء؟ ذلك أن لكل فرد مشاغله واعماله. ومن غير الممكن ان ينتظر كل فرد الآخر.. ففي الامر مضيعة للوقت وهدرا! ومن هنا تبدأ السلسلة بالانقطاع.. لتضيع حلقاتها حلقة وراء حلقة.

يمكننا ان نساير هؤلاء جدلا انه لا قيمة للطعام، يأكله المرء كيف يشاء ومتى شاء.. فالمهم ان يملأ الآدمي بطنه ويلتفت الى شغله.. لكن لنذكر وباهتمام ان الطعام اساس متين في حياتنا كلنا دون استثناء.. ويكاد ان يكون شغل بعضنا الشاغل.. يفكرون بالوجبة التالية قبل انتهاء سابقتها.. وكثير منا يسعى الى تشكيل الطعام وتزيينه.. والتفنن فيه.

يخطئ من يظن ان التفنن في الطهو وتزيين المائدة عبث ولهو، لان المرء يعشق الجمال.. يسحره الترتيب والالوان الزاهية المتناسقة، وتأخذه البراعة لنتذكر اننا عندما نعود الى بيتنا فاننا ننشد الراحة والهدوء بعد يوم عمل مضن، وننشد الابتعاد عن جو العمل، لنقترب من جو ودي جميل لطيف فيه العذوبة والسحر.. والكلمات الرقيقة الحانية.. ننشد اللذة في حياتنا – وهي مطلب حق للمرء في كل شيء... لان الامر ليس مجرد امتلاء المعدة بما هب ودب دون أي ذوق او أي ترتيب. وفي الظهيرة فرصة لاجتماع العائلة.. ومؤانسة افرادها لبعضهم وحل لمشكلاتها.. ويمكننا ان نتصور النعيم في بيت مرتب نظيف لا يخلو من صور جميلة وموسيقى لطيفة وسيدة انيسة.. ربة اسرة تنظم اوقاتها وتحترم المواعيد.. مقابل الجحيم الذي يعيشه غيرهم ما بين فوضى الكلام والطعام والانتظام.. فلا هدوء ولا وئام. يظن هؤلاء، ان هذه

امور صغيرة.. وعبثا يحاولون لقيا سر شقائهم.. وينسون ان هذه الامور الصغيرة – لو افترضنا انها حقا صغيرة – ذات قيمة كبيرة.

في علم النفس وطب الاطفال، ما يخدم الموضوع. فقد وجد العلماء ان نمو الاطفال لا يتم الا بتوفر شروط ثلاثة: التغذية الجيدة، والاستعداد الوراثي، والحب.نعم، فللحب قيمة كبيرة تبدأ منذ نعومة الاظافر حينما يرضع الطفل من ثدي امه الحليب والحب والحنان..حين تدغدغه وتناغيه وتداعبه وتهدهده وتغني له.. فيشعر بالامان..وينمو على رسله بانتظام. ان خللاً واحدا من الشروط الثلاثة يعني ان الطفل لن ينمو جيدا بل سيبقى قزما.. ولا ادل على ذلك من الاطفال المضطهدين المشردين او الذين يفقدون الحياة العاطفية بفقدان اهليهم.

ان قائمة فشل النمو عند الاطفال طويلة جدا تشبه صفحة في قاموس.. واحد اسبابها الهامة هو الحرمان العاطفي الوالدي Maternal deprivation.

لهذا تحاول دور الحضانة وقرى الاطفال في العالم جهدها ان تقلد جو الاسرة الواحدة، وليس الامر مجرد تناول طعام او شراب.. والا لصار الامر مثل المدافن او المقابر.. وحتى الأبقار يزداد ادرار حليبها بإسماعها الموسيقى الهادئة.. كذلك حال النباتات التي يزداد نموها.

اذا حين يفشل الابوان في تربية اطفالهما ويقولان: لقد تعبنا وشقينا وعملنا الليل والنهار وقدمنا لهم كل ما يريدون، ليسألوا انفسهم هل قضوا معهم الوقت الكافي وغمروهم بالحب؟ هم يظنون انها امور صغيرة.. لكنها حقيقة عظيمة.. وحتى الامور الصغيرة ذات أهمية في حياتنا.." فأولئك الذين لا يعرفون قيمتها، لم يجربوا النوم مع ناموسة". فلنوفر اذا لاطفالنا الحنان والحب.. هو خبز الحياة وبالحب ينمو حتى الشجر والزهر.

((علّم طفلك الشجاعة))

هل يخشى طفلك الاختلاط بأترابه؟
وهل يفتقر إلى الشجاعة؟
المعالجة بسيطة تتطلب فقط ثقة قوية بالنفس!

الشعور الأساسي لدى الطفل هو على الأغلب كما يلـــي: "مـــا الـــذي يجعلهم يهتمون بي؟" ان لديهم عددا كبيرا من الأصدقاء بشكل طبيعي اما انـــا فانني جديد عليهم، وليس لدي من المؤهلات ما يجعلني كفءاً لانضم اليهم فانـــا لست رياضيا جيدا، ولا متفوقا في الدراسة، ولست حسن المظهر وليـــس لـــدي الملابس المناسبة وليس لدي أي صديق، انا فقط (انــــا) لســـت جـــزءا مـــن مجموعتهم انهم شعبيون تماما وليسوا بحاجة للتعـــرف إلي وبالإضافة الى هـــذا كله فانا خائف.

ان التعبير عن الهوية الشخصية لا يعتبر عاملا كافيا لدعم الثقة بـــالنفس لدى الطفل في معظم الأحيان وانه لا يرتفع بمعنوياته الى الحـــد الـــذي ينتـــهز الفرصة المناسبة للتعرف الى شخص لا يعرف وخاصة اذا كان ذلك الشـــخص شعبيا كيف تساعده؟.

اذا كان طفلك واحدا من هؤلاء الكثيـــرين الذين يخشـــون الاشـــخاص (ذوي الشعبية الواسعة)، فان بامكانك ان تســـاعده على تحويل ضعفه الى قـــوة وذلك عن طريق عرض الصورة الواقعية الشعبية بالاضافة الى توجيهه بحيـــث ينفذ خطة تدريجية لاكتساب المعارف الجديدة وسوف تجد بعد فترة قليلـــة مـــن الزمن ان طفلك قد اصبح اقل خوفا وابعد عن الشعور بالحرج او القلق حيـــال

مشاكسات الاخرين او نبذهم اياه، او حيال اية مشاكل من هذا القبيل، وسوف تجد ايضا انه قد بدأ يتخذ خطوات ايجابية مهما كانت بسيطة في اتجاه التعرف على اصدقاء جدد.

وبسبب حرص الابوين الشديد على بث الشجاعة في نفس طفلهما، فانهما عادة ما يتسببان في مزيد من الشعور بالضعف لديه، وذلك بسبب ردود فعل خاطئة من جهتها كأن يقولا لطفلهما: "لا تكن احمق اذهب اليه وتكلم معه انه لن يأكلك".

وعلى العكس من ذلك فقد يكون ومن المفيد تماما التسليم مع الطفل بأن من الامور الطبيعية ان يشعر بنوع من العصبية، او ربما الخوف، من محاولة التعرف على شخص ما، وتنبيهه مع ذلك الى الخسارة التي يعاني منها من جراء السماح للخوف بان يبقيه في الظل مختبئا عن رفاقه. فمن المحتمل ان يولد هذا الموقف في نفسه نوعا من التحدي الذي يدفعه الى الرغبة في تخليص نفسه من مخاوفه، والى الانطلاق نحو اتخاذ الخطوات الايجابية اللازمة.

تشجيع المبادرات :

وبما ان قسما كبيرا من الخوف ينشأ من مجرد الجهل بما يجب ان يقال فقط يكون من المفيد ان تتعاون مع طفلك بالتفكير في انشاء مجموعة من الجمل التي تفيد في التعرف على الآخرين كأن يقول الطفل لرفيقه " ما رأيك في ان ندرس معا مادة التاريخ؟ " او "اين تحب ان تقضي عطلة الربيع؟" او "ماذا تفعل في اوقات فراغك؟" الى ما هنالك من الجمل التي تهيئ مناسبات جديدة للتحدث في مواضيع مختلفة، او انه قد يسلم عليه مجرد سلام اثناء مروره به في الباحة او في الشارع، ومع ان هذه خطوة بسيطة في واقع الامر

إلا انها لا تبدو كذلك بالنسبة للطفل الخائف فاذا انجـز مثـل هـذه الخطـوة فبامكانك بل يجب عليك ان تثني عليه وتشجعه على القيـام بمبـادرة اخـرى مماثلة في المستقبل ومع انك لا تضمن ان يكون رد فعـل الطرف الآخر جيـداً او ان يتجاوب مع رغبة طفلك في التعرف عليـه ، الا ان بامكـانك ان تؤكـد لطفلك ان هذه هي الخطوة الاولى التي لا مفر منها في سبيل انشـاء معـارف جديدة او في سبيل التعرف على اصدقاء جدد، ويجب عليك ان تؤكد له انـه اذا كان سينتظر شخصا آخرليظهر اهتمامه به اولا، فان فترة الانتظار، قـد تمـت سنوات طويلة.

تكلم مع طفلك عن انواع ردود الفعل التـي يحتمـل ان يتلقاهـا تجـاه محاولاته فان هذه المنافسة الصريحة تعتبـر تميدا مناسبا يعمل علـى وقايـة الطفل من خيبة الامل التي قد يصافها من جراء بعض التصرفات السلبية مـن قبل الآخرين، وتمكنه من ان يدرك وجود الخيارات البديلة في حال الفشل، فـإذا اثبت شخص ما عدم اهتمامه بالتعرف عليه، فانه بإمكانه ان يذهب الى شـخص اخر ومن الطبيعي تماما انه ليس كل شخص يتعرف على كل شخص آخـر وان الصداقة الحقيقية هي ما تكون مبنية على مشاعر متبادلة بين الطرفين لا مـن طرف وحد.

الشعبية والمشاكسة :

نبه طفلك الى ان من الحكمة ان لا يحاول التعرف على أي شـخص الا اذا كان لوحده، فذلك افضل من ان يكون في جماعة من الاصدقـاء وذلـك لان الطفل الذي يتمتع بالشعبية قد يكون راغبا في ان يرحب بـه ولكنـه لا يكـون متأكدا مما سيقوله أصدقاؤه الآخرين.

وتستطيع ايضا ان تستغل هذه المناسبة لتوضيح السمات الشعبية وما يجعل الاشخاص شعبيين، وقد يكون بامكانك ان تتكلم عن بعض تجارب طفولتك المتعلقة بالموضوع، وعن مشاعرك الشخصية التي كنت تحس بها في حينها وذكر طفلك بان كل شخص هو مهم بشكل أو بآخر ويجب ان يحسب حسابه، ولو ان من الصعب على الطفل الذي لا يتمتع بالشعبية ان يشعر بقيمته الذاتية فقد قال احد الصبيان مرة " انا اتمتع بالشعبية في مجموعتي غير الشعبية" ونحن بحاجة الى ان نتأكد ونؤكد لاطفالنا ان الشعبية لا تعني الافضلية وان انخفاض الشعبية لا يعني قلة الاهمية.

وماذا اذا كانت المشكلة ان الأطفال يسخرون من طفلك لسبب خاص بسبب بدانته مثلا؟ ان بعض الأطفال يعانون مشاكسة الاخرين لهم منذ دخولهم مدرسة الحضانة. واذا اكتسبت هذه المعاناة صفة الاستمرار اليومية فانها تكون فوق طاقة ما يمكن ان يتحمله الطفل، ومن الأصعب جدا على الطفل ان يشعر بالثقة في نفسه اذا كان كل الذين من حوله يشعرونه بعكس ذلك ولسوء الحظ فمهما قدم الوالدان للطفل من الحب والدعم في البيت، فلن يكون ذلك كافيا لإزالة الاثار السيئة اتي تنجم عن قسوة الزملاء فان الطفل ينهار خلال فترة من الزمن قصرت ام طالت.

وعلى كل حال فان اول خطوة يستطيع الابوان اتخاذها في معالجة هذه المشكلة هو الحديث عن الاسباب التي تحمل الاطفال على المشاكسة، وبعد ذلك يجب ارشاد الطفل الى الطريقة المناسبة التي يستطيع ان يواجه بها تلك المشاكسة،فمع ان من المستحيل التحكم بما يقوله الاخرون فام طفلك يستطيع ان يتعلم الاساليب الفعالة للرد عليهم، وكثيرا ما يؤدي الجواب البارع الى تعطيل هدف الطرف الاخر الذي يبحث عن رد فعله، زاد ذلك من احتمالات

توقف المشاكسة، وفيما يلي بعض الاجوبة التي قد توقف الملاحظات المؤذية من الرفاق المشاكسين:-

- اذا كنت تحب ان تضيع وقتك في ان تطلق الالقاب عليّ فان ذلك ظريف ولكن لدي من الاهتمامات ما يجعلني بغنى عن اضاعة وقتي في الاستماع اليك.
- اذا كنت لا تحبني فلك الخيار في ذلك، فلست ملزما ان تكون صديقي وكل ما اطلبه منك هو ان تتركني لوحدي وسوف اتركك لوحدك.
- انت تؤذيني فعلا عندما تقول ذلك (لا يجب ان تقال هذه العبارة الا للصديق).

وفي بعض الاحيان يكفي تجاهل الملاحظة الساخرة لإحباط مفعولها، ولكن يجب ان يكون ذلك على اساس من الشعور الداخلي بقوته واستعلائه على خصمه. وبالإضافة الى التعرف على الاستجابات الفعالة تجاه الملاحظات الساخرة، والتي قد تكون مصدر كبيرا لراحة طفلك، بحيث انها تجعله مهيأ لمعالجة مواجهات اخرى ، مماثلة في المستقبل، شارك طفلك في شعوره، وأكد له إحساسك بمعاناته وتعاطفك معه وإدراكك لمدى الصمود النفسي في عركته المؤلمة، ويعطيه زادا مناسبا يجعله يشعر بالدعم المناسب من قبلك خاصة وان الامر قد يستغرق فترة طويلة حتى تؤدي طريقة المجابهة فائدتها، بحيث يكف زملاؤه عن مشاركته.

وعلى كل حال إظهار رد الفعل الفعّال غالبا ما يكون افضل من المواجهة السلبية المطلقة فان طفلك في هذه الحالة يستفيد على الاقل من الشعور التام بالفخر بانه قد كان ايجابيا في محاولاته، وانه لم يكن جبانا بالمرة.

((الطفل الخجول .. كيف نشجعه ونرعاه؟))

إن بعض الآباء يقعون في خطأ إصدار الأوامر الصارمة إلى الأبناء، فيأمرون مثلا الطفل الخجول بألا يخجل وأن يكون مقداما جريئا، أنهم يتصورون ان الابن يمكن ان يكون في يدهم آلة طيعة لتنفيذ الأوامر ... وبذلك يهدمون شخصيته ويعقدونها ويزيدونه خجلا وألما دون ان يدروا.

ولكن بعض الآباء قد يعثرون على الطريق الصحيح ويشجعون ابنهم الخجول ويرعونه رعاية سليمة فينجحون في بناء شخصيته، فما الذي يفعلونه؟! وكيف نشجع الطفل الخجول هل هو سعيد، هل هو مفضل في المنزل وفي المدرسة لانه أقل إزعاجا من الطفل الكثير الحركة الوثاب ؟ كل هذه الاسئلة سنحاول ان نجيب عليها قبل ان نناقش كيف تعامل الطفل الخجول.

الخجل وأسبابه :

الطفل الخجول في الواقع طفل مسكين وبائس يعاني من عدم القدرة على الاخذ والعطاء مع اقرانه في المدرسة وفي المجتمع، وبذلك يشعر بالنقص بالمقارنة لغيره من الاطفال، ولعل أخطر الاعراض التي تزعج لخصائي الامراض النفسية سواء بالنسبة للاطفال او الشباب او الكبار هي اعراض الانزواء وأحلام اليقظة، ذلك لان المنزوي الذي يعاني من احلام اليقظة يعيش منطويا على نفسه يجتر وساسه وهواجسه، وبذلك يجده حساسا، قلقا، يعاني من عدم الثقة في النفس، ومن آلام الوحدة وتوقع الخطر، ومن الخوف من نقد الغير له.

ومما يقلل بعض الشيء من خطورة الخجل عند الاطفال اننا نجد ان اغلب الأطفال الخجولين غير المرضى، انما يظهر خجلهم وعدم قدرتهم على الاخذ والعطاء مع الافراد الجدد الذين يقابلونهم في المجتمع، او مع اقرانهم في المدرسة، ولكن تجدهم على درجة كبيرة من النشاط والقدرة على الاخذ والعطاء مع اخوتهم او اقاربهم بالمنزل او الوسط العائلي، فهولاء في الواقع يعانون من الخجل وليس من " الانزواء المرضي" ويمكن مساعدتهم مساعدة فعالة للتغلب على هذا الخجل.

ولعل اهم اضرار الخجل، ان الطفل الخجول لا يندمج في الحياة فلا يتعلم من تجاربها، وذلك لانه يمتنع عن الاشتراك مع اقرانه في مشاريعهم ونشاطهم، بل يتسم بالجمود والخمول في وسطه المدرسي، ويتجنب الاتصال بغيره من الاقران، كما لا يرتبط بصداقات مستديمة، بل ينفر من كل من يوجه اليه أي انتقاد، ولذلك يكون محدود الخبرات لدرجة قد يصبح معها عالة على نفسه وعالة على مجتمعه لبعده عن الغير وانطوائه على نفسه.

أسلوب التربية كسبب للخجل :

وللخجل أسباب كثيرة أهمها مشاعر النقص التي سنناقشها بإسهاب، الا ان هناك حالات كثيرة لا يعاني فيها الطفل من نقص جسمي او عاهة ولكن نشأته جعلته ينشأ خجولا، فالأبوان اللذان يعتقدان في الحسد ويخفيان ابنهما عن اعين الزائرين، او يلبسانه ملابس البنات حتى سن الخامسة او السادسة من عمره مع اطالة شعره الى غير ذلك من الاساليب التي تضع حائلا بين الطفل والمجتمع تجعله ينشأ خجولا.

كما ان الطفل "الولد الوحيد" بين عدة اخوات بنات يدلل عادة تدليلا لا

شعوريا رغم انكار الآباء لذلك، فينشأ متوقعا من كل الناس ان تعامله المعاملة "الناعمة" الحسنة المتميزة التي عومل بها في المنزل.

وطبعا لن يجد هذه المعاملة المتميزة خارج المنزل، خصوصا من اقرانه الذين هم في سنة، الذين لم يتعلم بعد التنافس والتعامل معهم على مستوى متكافىء، ومن ثم يهرب منهم وينزوي عنهم ويشعر بالنقص بالنسبة اليهم.

وكما ان التدليل الشديد يؤدي بالطفل الى الخجل وعدم القدرة على الاخذ والعطاء بطلاقة فان التشدد في المعاملة للطفل والاكثار من زجره وتوبيخه وتأنيبه لأتفه الاسباب، ومحاولة تصحيح أخطائه باسلوب قاس خصوصا امام الغير يثير فيه مشاعر عدم الثقة في النفس ومشاعر النق، الامر الذي يؤدي به في نهاية الامر الى الخجل والانزواء عن المجتمع، فكلما كان الطفل يعيش في الاسرة في جو مشبع بالدفء العاطفي والشعور بالامن والطمأنينة والبعد عن الاوامر القاسية مع التمتع بحرية التعبير والاختيار، نشأ على درجة معقولة من الصحة النفسية والقدرة على الاخذ والعطاء وعدم الخجل من التعامل مع الغير سواء كانوا من اقرانه او اكبر منه سنا.

ان الطفل يعمم خبراته مع الكبار الذين يتعاملون معه في البيت ، على الكبار الذين يراهم في الطريق او يقابلهم في المدرسة كالمدرسين وغيرهم، فان كان يخاف ويضطرب ممن في البيت، اضطرب وخاف ممن خارج البيت والعكس بالعكس تماما.

الأب ودوره في خجل أبنائه :

قد يبدو ان علاقة الطفل بأمه أهم بكثير من علاقته بأبيه خصوصا في السنوات الاولى من حياته، وذلك لان الطفل يبدأ في تكوين علاقة الود

والحب مع امه منذ الأسابيع الأولى لولادته وتطرد هذه العلاقة في النمو، فـــي حين ان الأب قد يعتقــد خطأ ان دوره في سنى حياة الطفل الأولى اقل أهميـــة عن دور الام، ومن ثم قــد ينشغل في عمله ويقضي معظم وقتـــه بعيـدا عــن المنزل، والحقيقة ان دور الوالد كبير في تنمية شخصية أبنائه، فعــــن طريقـه يتعلم الصغار السلوك الاجتماعي الذي يميز الذكور في المجتمع. فوجـــود الاب واتصاله العاطفي المباشر بابنه الصغير يجعل الطفل يقلده بطريقــــة شـعورية احيانا ولا شعورية احيانا اخرى، فيتعلم بذلك انماط السلوك والقيم الاجتماعيـــة والاتجاهات التي يعتبرها المجتمع مميزة ومناسبة للذكور من افراده، والا فـــان الولد قد يقلد امه او اخواته البنات او قد يحجم عن هذا التقليد ولكنـــه لا يتعلـم اسلوب سلوك الذكور، ومن ثم ينشأ خجولا غير قادر على مجاراة اقرانه مـــن الاولاد او الشبان.

وقد علــق Mower أحد علماء النفس على ذلــك قائلا: "من الطبيعـــي ان يتبع الولد الصغير في الاسر المثالية خطى والده الذي يسر سرورا بالغا حيـــن يجده يتتبع خطاه ويحاول ان يكتسب صفاته واتجاهاته السلوكية، بــــل ان الاب يشعر بالزهو حين يجد ان رجولته أصبحت مجسمة بصورة حيــة فـــي ابنـــه، وفي نفس الوقت يكتشف الطفل اذا حاول التشبه بأمه ان سلوكه غــير مقبـــول عنــد الأسرة ولذلك ينبذ دور الأنثى وينصرف عن تقليده – ويحـــدث العكـــس تماما بالنسبة للبنت فتجد تشجيعا لتقليدها لامها ونقدا لتقليدها لأبيها".

فكلما كـــان الاب قريبا من اولاده وكلما كانت الحيـــاة الأســـرية ســـعيدة وموفقة نشأ الابن واثقا من دوره مقلدا لوالده، غير خجول من ممارسة حياتـــه بأسلوب سوي، امـــا في الأسر التي يكثر فيها الصراع والشقاق بيـــن الوالديـــن

فيجد الصغير نفسه في حيرة من امـــره، فـــهل يتقمـــص شخصيـــة الاب او شخصيته الام، وايهما يحب وأيهما يكره، او أيهما يغضب او أيهما يرضى، ومن ثم ينشأ قلقا نفسيا خجولا.

وجدير بالذكر ان ننبه الاب الى ان علاقته بابنه لا تتوقف اهميتها علـــى عدد الساعات التي يقضيها معه، وانما تتوقف على نوع الابوة والمعاملة التـــي يعامل بها ابنائه، فهل تتميز علاقته بابنائه جميعا وباسرته بـــالدفء العـــاطفي المتبادل والحب والتقدير الذي لا يصل طبعا الى التدليل؟!

ان نوع الابوة واسلوب المعاملة، ومدى خوف الابناء من الاب والطريقـــة التي يتعامل بها مع الاسرة، تحدد درجة الصحة النفسية للاسرة ومـــدى نشـــأة اطفالها خجولين او قلقين، او مرضى بأمراض نفسية؟! لذلك فاننـــا نعتـــبر ان تربية الطفل علما وفنا يجب ان يتعلمها الآباء، خصوصا في مجتمعاتنا الشـــرقية العربية حيث تجد ان سلطة الاب كبيرة للغاية على ابنائه وبناته وزوجته كـــرب اسرة، وحيث يقوم الاب بعقاب ابنه عقابا شديدا اذا ما تصرف تصرفـــا يعتقـــد الاب انه بعيد عن الرجولة.

كذلك فان اغلب الامهات في مجتمعاتنا غير مثقفات ان لم يكـــن أميـــات، تحكم سلوكهن العادات والتقاليد والعقائد الخرافية البعيدة عـــن قواعـــد التربيـــة السليمة، ومن ثم فان بعض البنات ايضا يعانين من قسوة معاملتهن لهن او مـــن تدليلهن تدليلا يضر شخصياتهن.

وخلاصة القول ان الدور الذي يقوم به كل من الاب والام علـــى جـــانب كبير من الاهمية في تنمية شخصية الابناء او حمايتهم من الخجـــل، ويتوقـــف نجاح هذا الدور على نوع العلاقة التي ينجح كل من الاب والام فـــي تكوينـــها

معهم، ولهذا كانت الابوة الرشيدة من مقومـــات الصحـة النفسـية للصغـار خصوصا الاولاد.شأنها الامومة الرشيدة،والابوة الرشيدة – كما سبق ان بينـا – ولا تقاس بطول المدة التي يقضيها الاب مع الابناء – ولكـن بدرجـة الـدفء العاطفي والامـن والطمأنينة والتقدير الذي يشعرون به مـن نحوهـم، وبجـو الوفاق والهدوء الذي يوفره الأبوان للأبناء في حياة أسرية سعيدة.

ويمكننا ان نقرر دون مبالغة ان درجة نجاح الاب في تكويـن شـخصية ابنائه تقاس بدرجة نجـاحه في كسب ثقتهم ومودتهم، بحيث يتخذونـه صديقـا حكيما يلجأون اليه لحل مشاكلهم، وما اكثر المشاكل التي تصـادف الصغـار، وحتى في سن الشباب وبعده، انه يمكننا ان نشبه الحياة بغابة يحتاج من يرتادهـا الى معين، وخير معين هو الاب الصديق الذي يشعر نحـوه الابنـاء بـالامن والطمأنينة فيسرون اليه بآرائهم، ويشعرون بالراحـة النفسـية لان لـهم مـن يستشيرونه ويشير عليهم المشورة المفيدة الحكيمة.

اننا للأسف في اغلب البلاد العربية لا نهتم بصداقـة أبنائنـا وبناتنـا ولا نشجعهم ان يلجأوا إلينا لحل مشاكلهم، فينشأوا على درجة كبيرة مـن الخجـل يدفنون أسرارهم ومشاكلهم في نفوسهم، فيعانون من القلق والحـيرة والمـرض النفسي، ان دور الاب ودور الام على نفس الدرجة من الاهمية في حل مشـاكل الابناء.

مـركـب النقـص وخجل الطفـل:

يعاني بعض الاطفال من مشاعر النقص نتيجـة نواقـص جسـمية او عاهات بارزة تساعد على ان ينشأوا خجولين ميـالين للعـزلة، ومـن هـذه النواقص والعاهات البارزة ضعف البصـر، وصعوبـة السـمع، او التأتـأة

واللجلجة في الكلام، او الشلل الجزئي، او العرج، او السمنة المفرطة، أو طول القامة المفرط، او ظهور البثور في الوجه، وما الى ذلك من الظواهر الشاذة، واحيانا يعاني الطفل من مشاعر النقص من نقص غير واقعي يتصوره في احد اعضاء جسمه ولا يراه غيره ولا يجدي في اقناعه أي دليل او مناقشة، كما قد يعاني بعض الاطفال من الخجل نتيجة مشاعر النقص الناتجة عن اسباب مادية ككون ملابسه رثة لفقره، او لهزال جسمه الناتج عن سوء التغذية، او لقلة ما بيده من مصروف يومي، او النقص في ادواته المدرسية وكتبه.

كما قد يعاني الخجول نتيجة إشعار البيئة له بالنقص لعدم وسامته، او عدم تناسق تقاطيع وجهه وسوء منظره، او لضعف قدراته العقلية وتحصيله في المدرسة، او لجهل الابوين وسوء معاملتهما له كالتشدد في عقابه لأقل سبب، وقد يكون الامر على النقيض من ذلك تماما، فقد يكون الطفل مدللاً – كما سبق ان اوردنا – لدرجة تجعله يشعر بالخجل والقلق والخيبة عندما لا يلاقي نفس العناية والتدليل من المجتمع. والشعور بالنقص شعور يعتري الفرد عندما يجد نفسه عاجزا عن ان يحل ما يعرض له من مشكلات ويصاحبه من انفعالات الخوف والقلق والتردد وعدم القدرة على اتخاذ القرار او التصرف في الموقف، فيبدو الفرد عديم الكفاية ضعيف الثقة بنفسه " خجولا".

وقد يبدو الطفل الخجول " أنانياً " في كثير من الاحيان، لانه يسعى الى فرض رغباته على من يعيشون حوله، ومرجع ذلك ان كل تفكيره مركز في ذاته ولا يمكنه ان ينفذه الا في بيئته الخاصة، لانه لا يقوى على فرضه على اقرانه او على الجماعة المرجعية التي ينتمي اليها كطلبة المدرسة او اقران اللعب.

كما يبدو الطفل الخجول حساسا وعصبيا لان مركب النقص الذي يعاني

منه يجعله سهلا الاستشارة ولذلك فقد يبدو أحيانا كثيـر الحركة غير مسـتقر، كما قد يبدو احيانا قلقا متشائما حذرا، وفي بعض الأحيـان قـد يبـدو عديـم المبالاة، او متمارضا لجذب الأنظار – أنظار البيئة المنزلية – وعطفها عليـه، كما قد يكون احيانا عدوانيا لأتفه الأسباب.

ان الحياة في المجتمع الحديث للأسـف تجعل مركز الطفل الذي يعـاني عيبا جسمانيا، مركز صعبا للغايـة مهما كانت البيئة التي نشأ فيها على درجـة من الفهم والادراك العلمي والتربوي. ذلك لان الطفل الذي يعاني مـن ضعـف البصر او ضعف السمع او الشلل او الضعف العقلي الى غير ذلك من العيـوب الجسمية يصبح فردا معوقا بالمقارنة الى الطفل السليم العادي، اما الطفل الـذي يعاني من مركب نقص نفسي، فانه ايضا معوق نفسيا بالمقارنة للطفـل الـذي يتمتع بالصحة النفسية.

والشعور بالنقص لا يؤدي فقط الى خجل الصغار انما يؤدي ايضا الـى خجل الكبار البالغين، فمثلا نجد المرأة في بعض المجتمعات الشـرقية خجولـة منزوية مترددة قلقة قليلة الثقة بالنفس، وذلك لان بعض العادات والتقاليد فرضت عليها الشعور بالنقص فحرمتها من العلم والمعرفة ومن كثير من الحقوق، ومـن ثم فإن الأم الخجول المترددة تدرب اولادها على الخجل والتردد وعدم الثقة فـي النفس.

الخجـل والتحليـل الدراسي :

كثيرا ما يكون التأخر الدراسي من المسببات القويـة للشـعور بـالنقص وضعف الثقة في النفس وبالتالي من الخجل، ولكـن ليس معنى ذلك اطلاقـا ان كل تلميذ صغير او كبير خجول متأخر دراسيا، فكثير من أوائل الطلبة يعـانون

من الخجل والشعور بالنقص ولكن لاسباب اخرى، الامر الذي يحتـم علينـا ان ندرس كل حالة على حده لمعرفة حقيقة المسببات والدوافع وراء الخجل.

وليس معنى التأخر الدراسي دائما نقصا في معدل ذكاء الطفل، فكم مـن طفل ذكي يتأخر دراسيا ليس لنقص في قدراته العقلية ولكن لأنـه يعاني مـن القلق النفسي والانزعاج لأقل الأسباب، والشعور بالتعاسة والألم، وعدم القـدرة على الاخذ والعطاء ومن ثم ارتكابه اخطاء تورطه فـي علاقاتـه الاجتماعيـة بأقرانه، وقد يرجع قلقه هذا لارتفاع معدل ذكائه ارتفاعا كبيرا لدرجـة تجعلـه يتململ مـن بطء العملية التعليمية، ولذلك فاننا احيانا قد نجد ان الطفل الذكـي جدا يكون مشكلا كالطفل المحدود القدرات العقلية.

ولن نسترسل هنا في أسباب التأخر الدراسي وهل مرجعها اساسا معـدل ذكاء الطفل وقدراته العقلية، او ظروفه المنزلية وعـدم صلاحيتـها، او كـون المناهج لم تراع ميول التلاميذ وطبيعة نموهم وانها مملة، الى غير ذلـك ممـا يضعف ثقة الطفل في نفسه ويؤدي به في النهاية الى الشعور بـالخجل نتيجـة تخلفه في المستوى التحصيلي عن اقرانه في الفصل الدراسـي، او ان اسـباب تخلفه دراسيا ومن ثم خجله ترجع الى اسباب ونقائص جسمية منـها، ضعـف بصره او ثقل سمعه، او مرض عضوي يؤثر على قدرتـه علـى النطـق، او إصابته بالأنيميا او الديدان والأمراض الباطنية مما يجعله غـير قـادر علـى التركيز والاستذكار الى غير ذلك من الأسباب العضوية.

وقد يكون تأخـر الطفل دراسيا ومن ثم خجله الشديد لانخفاض مسـتواه عن مستوى اقرانه، او كونه مهملا في المنزل، او نته يعيش في اسـرة يظلـها الصراع والشقاق ، او تقوم بتكليفه طول الوقت بعد عودته من المدرسة بانجاز

اعمال منزلية او غير منزلية تمنعه من تكريس وقت كاف لواجباته المدرسية.

وقد يكون التأخر الدراسي مرجعه فعلا الى نقــص فــي ذكــاء الطفــل وقدراته العقلية، بحيث يتعذر عليه مسايرة اقرانه، وللمحافظـــة علـــى صحتـــه النفسية يجب نقله الى مدرسة تعنى بتعليم ضعاف العقول من مستواه، او بتعليـــم منخفضي الذكاء الذين نسميهم " من يتعلمون ببطء" لتصبح المنافسة بينه وبيـــن اقرانه منافسة عادلة، لان الجميع يكونون من نفس المستوى العقلي، ذلـــك لان دراسة الطفل محدودة الذكاء مع افراد اكثر منه نضجا من الناحية العقلية، تعقــد شخصيته وتهدمها وتؤدي بها الى التخلف، ان لم تؤد به الى المرض النفســي او العقلي بالاضافة الى الضعف العقلي او انخفاض مستوى الذكاء الذي يعاني منــه اصلا.

كيف تقي الطفــل شعور الخجـــل:

يمكننا ان نقي اطفالنا من مشاعر الخجل والانطواء على الذات والحساسية المفرطة، اذ عنينا بتوجيه الآباء والبالغين المحيطين بالاطفال سواء في الاسر او في المدارس الى الحرص على تشجيع النواحي عن التفكير في نواح قد يكـــون فيها ضعيفا، فكل طفل وكل انسان مهمـــا كانت استعداداته محدودة يملك ناحيـــة او اكثر يمكن ابرازها والفخر بها.

كما يجب على الاباء والامهات والمدرسات والمدرســين عــدم مقارنـــة الاطفال ممن هم اكثر حظا منهم سواء في الاستعداد الذهني او الجسمي او مـــن حيث الوسامة والقدرات والاستعدادات الاجتماعية لان مثـــل هــذه المقارنـــات تضعف ثقة الطفل بنفسه وتؤدي به الى الخجل.

بل يتحتم على الآباء والمربين ان يوفروا لابنائهم قدرا معقولا من العطف والرعاية والمحبة مع عدم نقدهم او تعريضهم للمهانة او الهوان خصوصا امام اقرانهم او امام الغير، ذلك لان النقد الشديد او الافراط في التوجيه يشعر الطفل بانه غير مرغوب فيه ويقعده عن القيام بكثير من الاعمال التي لو قام بها لضاعفت من قدرته وأكسبته ثقة في نفسه وشعورا بالتقدير لذاته، وحمته من الوقوع فريسة لمشاعر الخجل.

ولا يقل دور المعلمين أهمية عن دور الآباء، فيجب ان يقوم المعلم ببث الثقة في نفوس التلاميذ ومعاملتهم بالمساواة دون تمييز، مع مساعدة المتخلف منهم وتشجيعه والنزول الى مستواه لتحقيق التحصيل المطلوب.

كيف نعالج الطفل الخجول؟

لكي نعالج الطفل الخجول يجب ان ندرك اولا انه حساس حساسية مفرطة، وفي امس الحاجة لان نعيد إليه ثقته في نفسه وذلك عن طريقٌ تصحيح فكرته عن نفسه، وعلى قبول بعض النقائص التي قد يعاني منها على أساس الواقع، وعلى اساس ان كلامنا له مواطن ضعفه، كما يجب ان ندرك ان الطفل الخجول في حاجة ماسة الى تنمية شخصيته، وتكوين قدراته للأخذ والعطاء مع الغير، ولكي نحقق ذلك يجب ان نتبع الخطوات التالي:

- **أولاً:-** يجب ان يشعر الطفل الخجول بحبك وقبولك له، ولذلك يجب ان تتعرف عليه جيدا وتفهمه فهما عميقا، سواء كنت أبا او معلما او معالجا نفسيا، كما يجب ان تتعرف على مصادر خجله وكيف نشأت وذلك عن طريق دراسة حالته من جميع نواحيها الصحية والاجتماعية وظروفه العائلية، وعلاقاته الاسرية، وفي ضوء هذه الدراسة يمكن التحقق من

أسباب خجل الطفل سواء كانت اسبابا واقعية او وهمية، وهل هـــي قابلـــة للعلاج، او انه يجب مساعدته على مواجهتها واقعيا، كما يجب ان يكتشـــف في الطفل مواهبه او النواحي التي يمكنه ان يفخر بها للاعتماد عليـــها فـــي بناء شخصيته واستعادة ثقته بنفسه.

لو كان سبب الخجل شعور الطفل بالنقص لاعتلال احد اعضاء جســـمه فيجب بحث امكان تدريب العضو المعتل، وذلك لان التدريـــب كثـــيرا مـــا يزيد من قدرة العضو المعتل وقوته لدرجة قد تفـــوق في بعـــض الاحيـــان قوة الاعضاء السوية او العادية النمو، وهكذا تتحقـــق سعادتـــه ويتخلـــص مـــن شعوره بالنقص، فكم من طفل كان خجولا لا يعاني من عيوب النطـــق وكان يشعر بتعاسة ونقص شديد، وعندما عولج في عيادة نفسية وتمرن على النطق الصحيح، اصبح من افصح الاطفال، وزال خجله.

- **ثانيا** :- يجب تهيئة الجو الامن الودي عن طريق الألفة والطمأنينة مـــع الأشخاص الكبار الذيـــن يعيش الطفل معهم ســـواء فـــي الاســـرة او فـــي المدرسة، فكلما كان هنـــاك جو من الدفء العاطفي في البيئـــة وشـــعوره بالامن والطمأنينة... افصح الطفل الخجول عما يســـاوره مـــن شـــكوك او مخاوف او هواجس، او قلق، وتحدث عن مشاكله مع الكبار الذين حولـــه ووجد حلا لها.

ان الطفـــل الخجول لن يفصح عما فـــي نفســـه الا اذا شـــعر الطفـــل بالطمأنينة الكاملة لاحد الكبار ممن حوله، وهذا الشعور لـــن يتحقـــق الا اذا شعر الطفل بالقبول والتقدير والتشجيع والصداقـــة، وانتفت الجفـــوة والنقـــد والتأنيب في معاملته.

- **ثالثا :-** عدم دفع الطفل للقيام باعمال تفوق قدراته، اذ انه ليس معنى تشجيع الطفل ومحاولة بث ثقته بنفسه ان ندفعه الى القيام باعمال تفوق طاقته الجسمية او قدراته العقلية او اللفظية، بل يجب ان نتحسس الاعمال التي نشعر بانه في مقدوره القيام بها، وندفعه اليها لنكسبه شعورا بالاهمية والتقدير في نظر نفسه ونظر الاخرين حوله، ومن ثم ننمي فيه شعور الانتساب الى البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها بدلا من الانزواء والخجل والبعد عنها. ان تكليف الطفل ودفعه للقيام باعمال تفوق قدراته يشعره بالعجز ويجعله يستكين وينزوي ويزداد خجلا.

يجب ان يقلع الاباء عن حب ابنائهم في " قوالب" ترضيهم، فالابن التقليدي الغارق في احترام الاصول والقواعد، قد يكون خجولا وفاشلا في حياته العملي، كما يجب ان ندرك ان الطفل ليس قطعة من الطين او الحجر في يد نحات او مثال، انه كائن حي يعيش آلاف التجارب ويمر بمختلف الظروف، فعملية اكراهه على انتهاج اسلوب معين في السلوك تجعله يفشل ويصيب الاب بالإرهاق النفسي ... ليس علينا الا ان نحمي الطفل من هواجس ووساوس الخجل، او نخلصه منها اذا كان مصابا بها، وننمي قدراته تاركين له حرية الاختيار والتصرف في جو من الامن والطمأنينة بحيث يختار الطفل طريقه.

- **رابعا:-** يجب تدريب الطفل الخجول على الاخذ والعطاء وتكوين الصداقات مع اقرانه من الاطفال، وذلك بتشجيعه بكل الطرق على الاختلاط والاحتفاظ بالصداقات، ويمكننا ان ننجح في ذلك اذا عنينا بالمظهر الخارجي للطفل من حيث ملابسه واسلوبه في الأخذ والعطاء،وساعدناه بإتاحة الفرص

له للاختلاط مع أقرانه سواء مع الأقارب في الاسرة، او مع الاطفال من سنه في المدرسة او النادي او الجمعية الريفية او المركز الاجتماعي.

ولعله من المناسب ان نبين انه كلما امكنا تنمية قدرات الطفل في اللعب او في اتقان فن من الفنون كالرسم او الموسيقى، او لعبة خاصة، كلما ساعده ذلك على الاختلاط، وذلك لان سيجد من اتقانه هذا دافعا يشجعه على الظهور، فخورا بين اقرانه. ان الاخذ والعطاء هو سبيل كل منا الى تكوين الشخصية وتنميتها بل الى تكوين الذات والثقة في النفس.

- **خامسا:-** التربية الاستقلالية وعدم تدليل الطفل خير وسيلة للوقاية والعلاج من الخجل، فكلما كان الطفل مدللاً معتمدا على ابويه كان نضجه الانفعالي غير كامل، وكان عاجزا عن الاعتماد على الذات، اما الطفل الذي تتيح له فرص الحرية والتصرف في الامور الصغيرة باسلوب يجعله مطيعا لكل الاوامر ويصبه في قالب الطاعة، يخرج لنا طفلا سلبيا خجولا.

لذلك يجب في علاجنا للاطفال الخجولين ان نقلل على قدر الامكان من حماية الطفل والاستمرار في تدليله لكي نستعيد ثقته في نفسه عن طريق التربية الاستقلالية التي يجب ان نتبعها تدريجيا.

وفي ضوء هذه الأساليب لعلاج الخجل، يمكن تخفيف حدة الخجل شيئا فشيئا عند الطفل الخجول، ويمكن اكتشاف مزاياه ومواضع القوة في قدراته، وتنمية شخصيته في جو من الدفء العاطفي والأمن والطمأنينة والانتساب الى الجماعات الصغرى من الاطفال سواء في المدرسة او في النادي، حتى تتحول نظرة الطفل من ان الناس يتحرون حركاته وسكناته، الى الاندماج معهم والشعور بأنه فرد منهم.

((الطفل العصابي فتش عن الأخطاء السلوكية))

يجب بادئ ذي بدء ان نتحاشى التسرع والعجلة في وصف طفل معين بالقلق والاضطراب النفسي. فمن الأيسر الحكم على الراشد بالاضطراب وعدم النضوج بسبب تصرفاته " الطفلية"، ولكن ما لا نقبله بين الراشدين من صفات "طفليه" غير ناضجة، هي عين ما نتوقعه بين الأطفال. لذلك وجب التريث والحذر الشديد عند التعامل مع مشكلات الطفل لانها قد تكون شيئا مقبولا ومناسبا لعمره وما يتطلبه في هذه المرحلة من تغيرات فكرية، وانفعالية، واجتماعية. ان التغيرات التي نلاحظها – على سبيل المثال – بين الاطفال وهم يشرفون على المراهقة بما فيها من التصرفات الانفعالية، والميل للجدل، والإكثار من الميل للوحدة والخصوصية في داخل المنزل، امر لا ينم عن شذوذ او اضطراب بمقدار ما يعبر عن نضوج مرحلي يتناسب مع نمو الذاتية وتبلور الميل للاستقلال في هذه المرحلة من العمر. ويجب ان نقبل – بنفس المنطق – ما يصدر عن اطفالنا في السن المبكرة من العمر وحتى السنة الخامسة من تصرفات تتسم بالحركة السريعة والتشتت وحتى بعض جوانب التدمير والتخريب على انها تطور طبيعي لإمكانيات الطفل واصراره على اكتشاف البيئة وحب الاستطلاع، وليس علامة على العدوان والحركة المرضية، والمشاكسة او القلق المرضي والعصاب.

فضلا عن هذا، فان غالبية مشكلات الطفل لا تنتج عن الاضطراب بمقدار ما تصدر عن عدم الخبرة، والسذاجة والجهل. ومن ثمة وجب ان لا ننسى عند تعاملنا مع الطفل ان تصرفاته التي تثير قلقنا عليه تصدر من كائن لم تتح له – كما اتيح لمن هم اكبر سنا – فرص التعلم والممارسة والتفاعل

بجوانب متنوعة من الحياة الاجتماعية. وسنرى فيما بعد، ان أجزاء كبيرة من مناهج العلاج النفسي بين الأطفال يجب ان تركز على اعطاء المعلومات الدقيقة والمفصلة عن كيفية السلوك السليم وما تتطلبه العلاقات الناضجة من شروط خاصة ثالثة، تتطلبها الحاسة الذكية عند التعامل مع سلوك الطفل، وهي انه لا يمكن الحكم على سلوك الطفل بمعزل عن سلوك المحيطين به. فمن المعروف ان الغالبية العظمى عند اضطرابات الاطفال تعتبر تعبيرا مباشرا عن اضطرابات البالغين انفسهم. ولهذا فمن المعروف ان المشكلات بين الاطفال تتزايد مع تزايد الصراع الاسري، والاهمال وقدوم الطفل من ابوين مشغولين بمشكلاتهما الشخصية لدرجة تعوق قدرتهما على احسان التربية.

هل معنى هذا انه لا يوجد طفل مضطرب؟

بالطبع يوجد اطفال مرضى، فالاضطراب بين الاطفال من الحقائق التي يثبتها البحث العلمي، بل ان من المعروف الان ان الاضطرابات النفسية بين الاطفال تتزايد. وهناك دراسة حديثة، تثبت ان هناك ما يقرب من ٣٧% من الاطفال في المدارس النفسية المنظمة للاطفال في البلاد العربية. والان وقبل الدخول في العوامل المرتبطة بالاضطراب النفسي بين الاطفال كيف يمكن ان نستدل على وجود طفل مضطرب انفعاليا او عصابي؟

كثيرون كتبوا عن الاضطراب الانفعالي بين الاطفال، وكثيرة – لهذا – الخلافات بين هذه الاراء فيما يتعلق بتحديد الصفات الدالة على الاضطراب الانفعالي والعصاب بين الاطفال يمثل فئة رئيسية من اربع فئات اخرى من الاضطراب النفسي العام بين الاطفال. فهناك اولا هذه الفئة من الاطفال التي يتجه الاضطراب لديها الى الانحرافات السلوكية الموجهة ضد الآخرين او

ممتلكاتهم وتـأخذ شكل العـدوان، وإيقـاع الأذى بـالآخرين او بممتلكاتـهم، والاندفاع،وعدم التعاون، واثارة الغيظ. صحيح ان العدوانيين الاطفال قد يكـون شيئا طبيعيـا، بل ويجب ان نشجع عليه الطفل احيانا لكي نتيـح لـه فرصـة التعامل مع الضغوط الخارجية، الا انه يؤدي في احيان كثيرة الى الهرب مـن المسؤولية.

وهناك فئة ثانية من الاطفال المضطربين ممن يأخذ لديـهم الاضطـراب مظهر الانحراف الاجتماعي كالكذب والادعاء والسرقة والولاء لجماعـات جانحـة تشجعهم على الجريمة،والادمان وغيرها من الانحرافات الاجتماعية والجنسية.

ويتبلور الاضطراب عند أشخاص الفئـة الثالثة في شـكل مـا يسـمى بالافتقار للمهارات التكيفية. وأشخاص هذه الفئة يتميزون بشـكل عـام بعـدم النضوج والعجز عن اكتساب المهارات الاجتماعية والتكيفية المناسبة لاعمارهم. ولهذا ينتشر بينهم الشرود، وتنتشر بينهم احلام اليقظة، والسـلبية والتقـاعس، وعدم تحمل المسؤولية والعزوف عن النشاط الإيجابي.

وهناك اخيرا الطفل العصابي وهو الطفل المثقل بالهموم والقلق، وتبيـن الدراسات ان اشخاص هذه الفئة تنتشر بينهم المخاوف المرضيـة مـن اشـياء خارجية كالظلام، او الحيوانات، او الوحدة، وتشيع بينهم أعراض اخرى كعـدم الثقة بالنفس، والاحساس بالضآلة، والانسحاب والخجل الشديد. صداقاتهم قليلـة، وحساسيتهم مفرطة وتسود بينهم ايضا علامات الاكتئاب والتعاسة وعدم الرضـا عن النفس بشكل عام.

هذه هي فيما يبدو اهم الامراض الشائعة بيـن الاطفـال، ويلاحـظ ان تقسيمها لفئات لا يعني انها مستقلة تمامـا عن بعضـها البعض الآخر، فهـذه

الفئات تتداخل فيما بينها مما يجعل هذا التقسيم ضـــــرورة تثيرهـــا متطلبـــات التبسيط العلمي من اجل الدراسة، واستنباط العلاقات التشـــخيصية واقتراحـــات العلاج.

ونظرا ان لكل فئة مـــن هذه الفئات متطلباتها واحتياجاتها الخاصـــة مـــن حيث الرعاية النفسية والعلاج النفسي، فـــان تركيزنا في هذا السياق ســـيكون على اشخاص الفئات الرابعة أي الطفل العصابي الذي تتســـم حياتـــه بـــالقلق، والتعاسة وعدم الثقة بالنفس.. الخ.

وعادة ما يتطور العصاب بين الاطفال – مثل البالغين – نتيجـــة لالتقـــاء عدد من العوامل من اهمها:-

- وجود حساسية مفرطة تجعل الطفل مستهدفا للخـــوف السريـــع الانفعـــال الشديد وغالبا ما تتم هذه الحساسية عن استعدادات وراثية.
- التعرض لصدمات مبكرة او خبرات ســـيئة كالمـــرض، او الاعتـــداء الجسمي او الجنسي او وفاة احد الوالدين، ومن المعروف ان الانتقال لبيئـــة جديدة والبعد عن الاصدقاء القدامى يشكل عاملا صدمـــيا لا ينبغي تجاهلـــه بين الاطفال.
- عوامل خاصة بالتعلم الاجتماعي أي أساليب التنشئة الوالديه للطفـــل، فمـــن المعروف ان العصاب الطفلي يرتبط بوجود والدين يكثران مـــن النقـــد او الحماية المفرطة، ويقللان من اهمية امكانيات الطفل وانطلاقه.
- وهناك ايضا الفشل الاسري في امداد الطفل بالرعاية اللازمة فـــي الوقـــت الملائم. فمن المعروف ان الطفل الذي يتعرض للفشل المتكرر ولا يجد مـــن يشد ازره او يعينه على مواجهة الإحباط، وتعلم خبرات جديدة تساعده على

النجاح عادة ما يتطور الى القلق والانسحاب والاكتئاب والهروب.

أسر تصنـــع القلق وتنتـــج القلـــق:

ايا تكن مصادر السلـوك العصابي بين الاطفال، فان هناك من الحقـائق ما يؤكد ان الاستعدادات الوراثية والحساسية الشديدة التي يولد بــها الطفـل لا تتحول بالضرورة الى قلق وعصاب دون وجود عوامل مباشـرة تفجـر هـذه الحساسية وتوجهها هذا الوجـه السلبي. وبعبارة اخرى، ان الطفـل لا يتحـول للقلق كنتيجة مباشرة لما يرث، بل كنتيجة مباشرة لعلاقـات اجتماعيـة تفتقـر للصحة والسلامة ويكون من شانها ان توجه وتصوغ الوراثة في شكل عصابي. وما يسجله لنا العلماء بهذا الصدد يؤلف قائمة هامة لنقاط الضعف في العلاقـة الاسرية بالطفل، قد يكون مفيدا تسجيلها هنا. وقد يكون مـن المفيـد ايضـا ان يتبحـر الآباء فيها نقطة بنقطة للاطلاع على ما يمارسونه منـها علـى نحـو مقصود او غير مقصود (راجع قائمة الاخطاء السلوكية في مكان اخر).

إن هذه القائمة توضح بلا شك بعض الأساليب العصابية التي تنتجها بعـض الاسر في تعاملها مع الأطفال، فتجعل من الطفل مثقـلا بالمشـكلات ومحمـلا بالأعباء النفسية والاجتماعية في فترات مبكرة من العمر. والطفل في ظل هـذه الاساليب من الطبيعي ان يتحول الى كائن خائف، لا يثق في امكانياته، ويدفـع نفسه للتحدي بأكثر ما تساعده به طاقاته، مكتئب، ضعيف، عرضـة للمـرض الجسمي والنفسي معا.وربما يكون من أسوأ ما يظهر على اطفال هذا النوع مـن الاسر هو الانتهاء الى عكس ما تتوقعه لهم الاسر تنتهج هذا المنهج من واقـع افكار خاطئة عن تربية الطفل فتتصور ان اثر القلـق والدفـع الشـديد للعمـل والمنافسة سيؤدي الى النجاح والتفوق. ولكن ما يحدث نتيجة لهذا هو هـروب

الطفل من جوانب التحدي خوفا من ان لا يكون عند حسن " الظـن" او "خوفـا من ان لا يبلغ الكمال المنشود من الاسرة" فيزداد هروبـه وتجنبـه للتحديـات والمنافسة الصحية. من الناحية البدنية، ينمو الطفل القلق مصحوبا فـي حياتـه بكثير من الاعراض البدنية التي تبين انها تصف القلـق وتشرحـه كـالداع، والتعب السريع، واضطرابات المعدة وافراط الحساسية، فضـلا عـن بعـض الاضطرابات المرتبطة بالتنفس كالربو مثلا.

ويلاحظ احد العلماء ان التربية الاسرية التي تتصف بالخصائص السـابقة او بعضها تخلق ما يسمى " **بطفل النمط** أ" وهو طفل يتميز بخصائص مبكـرة يبقى بعضها معه العمر كله من هذه الخصائص:الاهتمامات المحدودة والفقـيرة، الملل السريع، والنفور الشديد من الآخرين خاصة الغرباء، الاضطراب الشـديد عند المرور بتغييرات غير متوقعة، التحفظ وفقدان الصبر.وطفل النمط أ،طفـل يعجب بالسلطة وبالنماذج التسلطية ولهذا فهو يعمل جيدا اذا كان الـهدف هـو ارضاء المحيطين به من الكبار او الاقوياء، ولكن يصبح فاتر الحماس، متقاعسا عندما لا يخضع للرقابة، تزداد بينهم ميول التعصب، وضيق الافق. هذا النمـط من الواضح انه يفتقر للسعادة، ويصعب عليه تقبل نفسه او تقبل العالم. انه كمـا وصفه احد علماء النفس طفل يصعب عليه ان يسبـح في الحياة ويستمتع بـها دون شعور دائم انه في سباق مستمر لا توجد فيه خطوط نهاية.

ويمكن النظر للبدائل السلوكية التي طرحناها (انظر القائمة) علـى انـها خطة وقائية لحماية الاطفال من القلق، ولكن ماذا لو ان الطفـل قـد أصيـب بالفعل بالقلق الفعلي والعصاب؟

هنا يجب الحديث عما يسمى بالعلاج النفسي – وهو يجب ان يأخذ عـدة

محاور يكمل بعضها البعض وتهدف فيا بينها الى مواجهة القلق باعراضه السلوكية، والانفعالية، والمعرفية مجتمعة في توضيح هذه الخطوط العلاجية العامة:

١- عندما يتخذ القلق عند الطفل مظهر الخوف المتطرف من بعض الحيوانات او الظلام او الضجيج، يجب أولا: القيام بكل الجهود الممكنة لإبعاده عن هذه الأشياء. لنتجنب بالنسبة للأطفال تعريضهم المفاجئ لمصادر القلق، بما في ذلك البرامج التلفزيونية او القصص التي تعطيهم احساسا بان مخاوفهم حقيقة. ثانيا : يجب ان تبدأ خطة التعويد على مصادر الخطر والقلق تدريجيا مع استخدام كثير من التشجيع.

٢- بالنسبة للأطفال الذين يسهل انزعاجهم وتأثيرهم بالآخرين يجب إبعادهم عن البالغين او الاطفال الكبار الذين يميلون لتخويفهم وزيادة مصادر القلق لديهم. اما اذا كان أقارب الأطفال من امثال العمات او الخالات او الجيران من النوع الذي يملأ رأس الطفل بأفكار الخوف، والشياطين، فان من الأفضل ان تكون زيارات الطفل لهم في صحبة ابويه حتى لا يصبح اسيرا تماما لمخاوفهم الحمقاء.

٣- ويتطلب الطفل السليم ابوين قادرين على تدريب انفسهم على قمع مخاوفهما الشخصية وعدم اظهارها امام الطفل.. لان من شأن هذا ان يخلق بفعل القدوة والميل للتأثر بالوالدين طفلا انفعاليا هراعيا شديد القلق.

٤- وضح للطفل من خلال الاحاديث المنطقية والمناقشات العلمية ان مخاوفه الخارجية لا مبرر لها وشجعه على الحديث عنها. صحيح ان الحجج المنطقية لا تنفع عندما يكزن الطفل مشمولا بقلقه ومخاوفه.. ولكنها تساعد في المدى الطويل على رسم خطوط العلاج.

٥- لا تلم الطفل على مخاوفه ولا تسخر منها .. شجعه بدلا من ذلك على تنمية ثقته وقدراته على التعامل مع البيئة حتى يكتسب الثقة والكفاءة في حل مشكلاته.

٦- الاحساس بالفكاهة وخلق روح مرحة ضاحكة يساعد الطفل على مغالبة مخاوفه واجه مع الطفل مصادر خوفه وبين له ضاحكا هذا هو ما كان يخيفنا.

لكن الفكاهة يجب ان تكون من النوع الجيد الذي يشجع الطفل على التخفيف من الهموم، وليست من النوع الساخر المتهكم عليه.

٧- من الممكن احيانا (وليس دائما) ام تخلق نوعا من القرب والمتعة بين الطفل وبين مصادر خوفه.. مثلا : اذا كان يخشى القطط او بعض الحيوانات .. قربه تدريجيا منها مع التشجيع والعناق الى ان يتمكن من تكوين علاقة جديدة وهادئة بمصادر الخوف.

٨- استبدال المشاعر الانفعالية السلبية التي تثيرها بعض الأشياء بمشاعر انفعالية إيجابية. اذا كان الظلام يثير الخوف (انفعال سلبي) اجعله مصدرا للاطمئنان والهدوء.. خذ الطفل مثلا في حجرة وانت تحمله او تعانقه او تحادثه وأطفئ الأضواء وأشعلها بشكل مرح.. طول تدريجيا فترات الاطفاء حتى يتمكن الطفل خلال اسبوع من ان

يبق معك في حجرة مظلمة دون خوف. شجع الطفل على ان يمـارس هذه اللعبة بمفرده.. حتى يتمكن بعد فترة من ان يجلس فـي حجـرة مظلمة يبادلك الأحاديث وانت في حجرة أخرى – وهكذا حتى يتمكـن الطفل في النهاية من البقاء في الظلام بمفرده. طبق نفس هذه الفكـرة مع الموضوعات الاخرى المثيرة لقلق الطفل كالحيوانات.. اسـتخدم صور هذه الموضوعات أحيانا، او نماذج كاريكاتيرية لـها اذا كـان الخوف شاملا لدرجة تعوق الطفل عن تقبله.. من المهم ان تسـتبدل المخاوف باستجابات الاطمئنان.

٩- من المهم كبالغ ان تسلح نفسك بالهـدوء عنـد تعـاملك مـع مخاوف الطفل فليست كل مخاوف الطفل غير حقيقيـة ويجـب ان نسلح اطفالنا على مواجهتها. علمه مثلا كيف يـهرب فـي مواقـف الخطر، وكيف يستعين بالشرطة اذا دعت الضرورة، كيف يسـتغيث بالناس، علمهم كيف يستغيثوا وكيف يستخدموا قدراتهم فـي تقديـر مواقف الخطر. احيانا ما تكون مخاوف الطفل مبررة وعلامة علـى ذكائه ووعيه وتقديره للخطر وحماية النفس. لا ننسـى ان الخـوف والقلق انفعالان لهما جوانبهما الإيجابية من حيث حماية الكـائن مـن خطر متوقع.

١٠- استخدم نفسك كقدوة جيدة. لا تنسى ان كثيرا من المخاوف تكتسب بفعل قوانين القدوة والمحاكاة. ونوضح بعـض نظريـات العـلاج الأسري الحديثة ان هناك دائما ارتباط قوي بيـن مخـاوف الابـاء

ومخاوف الابناء، ولهذا فيجب ان تواجه مخـــاوفك الشــخصية وان تتغلب عليها.

عندما يتحول القلق إلى اضطراب دائم :

اللجوء للعلاج النفسي اذا فشلت كل الوسائل او اذا كـــان واضحـــا ان الاضطراب قد تطور الى مرحلة سيئة امر ضروري، وتعتمد وســـائل العـــلاج السلوكي - وهي من احدث النماذج في الوقت الحاضر على وضع خطة تساعد الطفل على مواجهة القلق ومصادره واعداد الطفل وتسليحه انفعاليا على الصمود وغالبا ما يلجأ المعالجون السلوكيون الى استخدام عدد من المبادئ والأســـاليب الرئيسية التي ثبتت فاعليتها منه مثلا:-

١- محاولة " ماري كوفر جون" jones – منذ ما يزيد عن خمســين سنة – لازالة المخاوف المرضية الشديدة عند طفل اســمه بيــتر، وذلك بتعريضه تدريجيا للموضوعات التي تثير خوفه في الوقــت الذي يلتهم فيه الطفل طعاما محببا. لقد امكن ببساطة ازالة القلـــق بتشجيع ظهـــور استجابة تتعارض معه كتقديم طعام محبـــب، او عناق الطفل مـــع بث الطمأنينة عند التعرض للموضوعات التـــي تثير القلق.

ويطلق العلماء والمعالجون الآن على هذا الأسلوب اسم العلاج بطريـــق الكف المتبادل او الكف بالنقيض الذي تدور فكرته الرئيســـية حـــول اســـتثارة استجابة معـــارضة للقلق عند ظهور الموضوعات المثيرة له الى ان يبدأ القلـــق في التناقص ثم الاختفاء التدريجي.

ولعـــل السؤال الذي يفرض نفسه هنا هو : ما هي هـــذه الاستجابات

المعارضة للقلق، والتي اذا امكن احداثها عند وجود الموضوعات المخيفة يمكـن ايقاف القلق وكفه؟ الحقيقة انه لا يوجد اتفاق محدد على عدد هذه الاستجابات او نوعها، ولكننا نذكـر على سبيل المثال : الطعام والحلوى، التشـجيع اللفظـي، عناق الطفل وبث الطمأنينة في نفسـه، تغيير انتباهه، مناقشـته منطقيـا فـي مخاوفه، تعريضه تدريجيا للمواقف التي يخشـاها. وبعبارة اخـرى، فـان أي سلوك نستخدمه مع الطفل ويكون من شأنه ان يقـلل من قلقه يمكن ان يسـتخدم او يوصف بانه سلوك معارض ومقلل للقلق.

وينصح المعالجون باستخدام **التخيل** خاصة ان كان مصدر القلق عنيفـا وحادا ولا يصلح معه التعرض المباشر التدريجي له. ويتم ذلـك بـان تحـدد الجوانب الرئيسية والمواقف التي تثير قلق الطفل ومخاوفه. حدد من بين هـذه المواقف اكثـرها واشدها اثارة لمخاوفه. ضع هذا الموقف المثير للقلـق فـي قائمة متدرجة، يقسم هذا الموقف الى مواقف اصغر متدرجه بحيث نضع اقلـها اثارة للخوف في اعلى القـائمة بينما توضح المنبهات الشديدة في اسفل القائمـة. اذا كان خوف الطفل نابعا مـن الكلاب مثلا فقد يكون سماع نباح الكلاب عـن بعد بعيد اقل اثارة للخوف من مشاهدة كلب تصادف انه يسير او يجـري فـي الوقت الذي يلعب فيه الطفل. ولهذا فاننا نعتبر الموقف الاول اقل من الموقـف الثاني من حيث اثارة الخوف.

شجع الطفل بعد ذلك وهو في حالة من الهدوء والاسترخاء ان يتصـور نفسه في اقل المواقف اثارة لقلقه. شجعه على ان يجعل تخيله حيا كانه حقيقـة. اطلب منه ان يشعر بنفس علامات القلق لتي تشعر بها اذا كان الامـر حقيقـة.

اجعله ينتبه الى دقات قلبه ومشاعره حتى ينتهي الى ان يتخيـــل الموقـــف دون قلق.. انتقل لموقف اشد واشد الى ان تصل الى اعلاها ارتباطا بالقلق.

شجـــع الطفل خلال ذلك على الانتباه لاحساساته الداخليـــة وان يعيـــش ذهنيا في الموقف المتخيل، وان يراه كما لو كان يحياه بالفعل. وعادة ما ينجـــح التخيل بهذه الطريقة في العلاج. الا ان هناك بعض الملاحظات التي بينـــت ان التعرض لمواقف واقعية افضل من التعرض له بطريقة التخيل والتصور. ولـــهذا فان الضرورة تتطلب احيانا تعريض الطفل لمواقف واقعية بعد الانتـــهاء مـــن عملية التخيل بالرغم احيانا من بعض الصعوبات العملية التي قد تظهر نتيجـــة للخروج بالطفل من داخل العيادة او المنزل الى الواقع الحي بتنوعاته المختلفـــة التي قد يكون قد تم الاعداد لها اعدادا جيدا، وتدل بحوث عديدة الى ان اســـلوب التعرض التدريجي لمواقف القلق سواء بطريقة التخيل او طريقة التعرض الفعلي لها في مواقف حية تؤدي الى تغييرات ايجابية اكيدة خاصـــة اذا كـــان القلـــق معروف المصدر، وعندما يظهر القلق في شكل مخاوف مرضية شديدة (فوبيـــا) ولهذا هناك مئات البحوث والتقارير التي تدل على نجاحه فـــي التخلـــص مـــن حالات الخوف الشديد من الحيوانات والظلام والخوف من السفر، والســـيارات المتحركة، كذلك الخوف من المدارس، وزيارة الاطباء، والتعامل مع المدرســـين والغرباء.

اما في الحالات التي يكون فيها القلق عاما غير محدد بجـــانب بعينـــه متشكلا في مشاعر نفسية بالنقص والعجز عن التعبير عن النفس، والإحســـاس بعدم الكفاءة، فاننا نبذل من ناحيتنا جهدا كبيرا مع الطفل لتدريب قدرتـــه علـــى تأكيد ثقته بنفسه. لقد علمتنا خبرة التعامل مع هذا النوع من الأطفـــال ان نســـبة

كبيرة منهم تخضع نتيجة لأساليب تربوية خاطئة – لظروف حـادة يضطـرون خلالها لقمع تعبيراتهم الانفعالي، ومشاعرهم نحو الأشخاص او المواقف التـي يواجهونها، فيتحول الطفل تدريجيا الى شخصية مكفوفـة ومنسـحبة ومقيـدة، وحبيسا الانفعالات وعادات لا تترك الا نطاقا ضيقا لنمو صحته النفسية وسعادته الخاصة.

ولهذا فاننا نشجع الطفل، (ونشجع الآباء على ان يشجعوا الطفل) علـى ضرورة ان يعبر عن مشاعره بصدق وأمانة. وتشمل حرية التعبير عن المشاعر والإفصاح عن كل المشاعر الإيجابية (الحب) والسلبية (كالغضب) بمـا يلائـم الموقف. ان افراط الحياة الحديثة في ضرورة ان يقمع الطفل بشدة كثـيرا مـن المشاعر والأشياء التي يحبها " لانها لا تليق، او لانها لا وقت لها ..الخ" تـؤدي الى زيادة النزعات العصابية التي تصعب ازالتها بمرور الزمن. ويجـب هنـا القيام بتمارين محددة تهدف الى إعادة ثقة الطفل بنفسه وباحكامه وبذاتيته. ومـن ثم تبدأ مشاعر القلق تتضاءل معها مشاعر الاكتئاب. وتزداد فرص الطفل علـى اقامة علاقات اجتماعية ناجحة. وقد طور المعالجـون النفسـيون عـددا مـن الاساليب التي تبين انها تؤدي عمدا الى تنميـة قدرة الطفل على تـأكيد ذاتـه وثقته بنفسه منها : تشجيع الطفل على التعبير المتعمد عن انفعالاته ومشـاعره بكلمات صريحة ومنطوقة، فالطفل الذي تتاح له الفرصة امام معالجة او والديـه ان يعبر عن مشاعر متعارضة وان يغير من انفعالاته بتغيـير الموقـف، وان يشجع على الانتقال من التعبير عن الإعجاب الى الغضب، ومـن الحـب الـى السخط ، ومن الفرح الى الحزن يكون قادرا علـى تـأكيد انفعالاتـه مسـتقبلا والتكيف السريع للمواقف بما تتطلبه من مشاعر مختلفة وسيكون اقل قلقـا مـن

طفل اعتاد على ان يواجه مواقف الحياة على تنوعها بشعور واحد هو الخوف والقلق.

ويتم تدريب القدرة على تأكيد الذات من خلال الاقتداء بنماذج تتسم بهذه الخاصية. لقد اثبت الدكتور " باندورا" من جامعة ستانفورد ان كثيرا من المشكلات والاضطرابات الانفعالية كالعدوان والقلق والخوف تكتسب بفعل تأثير الاخرين.. فالوالدان الخائفان اللذان تمزق حياتهما مشاعر الاحباط والفشل يرسمان امام الطفل نماذج مريضة من السلوك يكتسبها تدريجيا فيتحول الطفل نفسه الى كائن محبط تعوزه الثقة بالنفس.

ولكن العلاج النفسي الذي يهدف الى زيادة القدرات التوكيدية وتدريب الطفل على الحرية في التعبير والمشاعر يستخدم هذا الاسلوب لتنمية أشياء إيجابية. فالقدرة سلاح ذو حدين يمكن استخدامه استخداما سيئا كما يمكن استخدامه استخدامات علاجية هدفها رسم طريق الصحة النفسية وتأكيد النفس. ولهذا نجد المعالجين النفسيين يشجعون الآباء على قمع مخاوفهم امام الطفل، وان يدربوهم انفسهم لكي ينمي هؤلاء الاباء قدراتهم الشخصية على الثقة بالنفس حتى يتمكنوا من الظهور امام الطفل بالمظهر الملائم للشخص الواثق من نفسه، من حيث الصوت الواضح النبرات، والمجازفات المحسوبة، ومواجهة الاحباطات بجلاء من الهروب منها، والتفكير في حل المشكلات بدلا من الانفعال. ومن المعتقد ان من اسباب زيادة مظاهر الخضوع وعدم الثقة بالنفس بين الفتيات اكثر من الذكور انما يرجع الى احتذائهن بامهات هن اساسا أميل لعدم الثقة بالنفس، والهروب من تأكيد الذات. فزيادة الضغوط الاجتماعية على المرأة تدفعها لان تقلل من مظاهر القوة وتأكيد النفس في سلوكها عند

تعاملها مع الذكور. ولهذا فان تدريبات تأكيد الذات تكون اكثر ما تكون طلبا بين الاناث اللاتي يفتقرون للثقة بالنفس.

ويساعد لعب الادوار role playinh على تشجيع المهارات الاجتماعية للطفل وعلى زيادة قدراته وثقته. فالطفل الذي يطلب منه المعالج ويشجع فيه القيام بادوار مختلفة عند التعامل مع مواقف مختلفة يكون اكثر قدرة وثقة بالنفس واقدر على مقاومة قلقة عند التعامل الفعلي مع هذه المواقف. ويحتاج ذلك إلى ان يكون المعالج نفسه (او الوالدين) انفسهم من النوع المتقبل والدافئ للشخصية، وان يكونوا من المدربين شخصيا على ابراز الاستجابات الدالة على الثقة بالنفس. وتزداد قدرة الطفل على تبني هذه الاساليب الناضجة عندما نطلب من الطفل تخليها واعادتها امام المعالج عددا من المرات. اطلب من الطفل مثلا ان يحدق بصره بك، وان يتحدث بنبرات هادئة (ليست منخفضة وليست عالية) وان يبتسم وهو يتخيل انه يرحب باحد زملائه او يطلب منه خدمة معينة، او اطلب منه على عكس ان يتخيل انه يطلب من احد زملائه ان يتوقف عن مضايقته من خلال الاحتكاك البصري المباشر والنبرة الهادئة القاطعة ودون ان يبتسم.. ان الاكثار من لعب الادوار بصورة واثقة وفي مواقف مختلفة ستمد الطفل برصيد هائل من المعلومات النفسية الملائمة عندما يواجه المواقف التي يتطلب حلها قدرة على الثقة بالنفس وتأكيد الذات. ومثل هذا الطفل سيكون من الصعب عليه ان يلجأ الى الهروب وتحاشي المواقف التي تثير خوفه ومن ثم سيكون اكثر قدرة على مقاومة القلق وان ينطلق بإمكانياته الى افاق اكثر نضوجا مما كانت عليه من قبل.

قائمة بالأخطاء السلوكية

الرقم	أساليب صانعـة للقلق	البديـــــل
١-	مقارنة الطفل دائما بالاخرين، خاصة اخوته وزملائه.	- ركز على ما يملـــك الطفــل مــن امكانيات وبقدرته الشخصية على تنمية نفسه ومواهبه.
٢-	تذكير الطفل الدائم باخطائـــه ونقــاط ضعفـــه، وجوانـــب النقص فيه.	- ركز على ما انجز الطفل، وعلى مــا احرز مـــن تغــير، وشـــجعه علـــى الاستمرار في انجازاته.
٣-	استخدام مشاعر الذنب عنـــد عقابـــه.. "انــــك تجـــرح مشاعرنا"، " انك انـــاني". "ان الله سيعاقبك على افعالك".	- اعرف ما الذي ادى الى المشـــكلة وركز على ايجاد الحل الدائم " انك لن تفعل ذلك لتجـــرح مشـــاعرنا ولكنك تريـــد ان تحصـــل علـــى اهتمامنا"، " ليـــس مـــن عـــادتك الانانية".
٤-	التحقير منه ومن امكانياتـــــه ومـــن قدرتـــه علـــى حـــل مشكلاته."هذا رأي طفـل"، "لا تتدخل في مناقشة الكبار.."	- اعطه بعض الوقت لســـماع رأيـــه، وناقشه دائما بموضوعية واحترام.
٥-	تضييق فرص الطفـــل فـــي	- لا تركز على التبعية، شـــجع علـــى

	النمو المستقل " وحياتك مـــن غيرنا صعبة"، " لولانا لمـــا وصلتـم لذلـك"، " ســرقتكم الحياة عنا ونسيتونا".	الاستقلال واتخاذ بعض المجازفـــات. احترم علاقاتهم الاجتماعية باصدقائــهم ولا تشعرهم بالذنب منك.
٦-	ان ترسل امامهم بتصرفـــاتك وســلوكك عنــد مواجهــــة الازمات نموذجا لشــخصية عصابية قلقة مثلا: اســتخدم الحبوب المهدئة، الشـــكاوي العضوية الدائمـــة، التعبـير بحزن لما لـــم تحققــه فـي حياتك.	- عند مواجهة الازمات استخدم اسلوبا سليما قائما علـــى مواجهـــة المشــكلة والتفكير في حلولها والعمـــل بنشــاط لمواجهة اسباب القلق للتخلص منـــها.. وبذلك ترسم امامهم نموذجـــا صحيـــا مختلفا.
٧-	التدخل المستمر وعدم احترام خصوصية الطفل من خـــلال مراقبة كل كبيرة وصغـــيرة يقوم بها.	- راقب عن بعد ما يحـــدث للطفـــل.. تدخل عند الضرورة.. لا تجعل الطفـل خائفا حتى وهو بمفرده من انك ستقتحم عليه خلوته.
٨-	التركيز على الكمال المطلـق، على انه " يجـــب ان يكـــون اذكى من الجميع، و " اشطر" او " اقوى" او " انبـــه" مـــن الكل.	- ركز على ضرورة ان يكون مقتنعـــا في داخله بامكانياته وعلى مقــدار مـــا يحصل عليه الطفل من رضا او اشـباع بالنشاطات التي يقوم بها.

٩-	التركيز القصدي المتعمد على القلق واثارة الانشغال "هـل تعـرف كـم تبقـى علـى الامتحان".	- لا تركز على اثارة القلق، ركز على اثارة الدافع للعمل وعلى الانجاز وعلى النشاط.
١٠-	الشكوى الدائمة مـن الحيـاة امام الطفل والتذمر.	- تعويد النفس على البحث النشط عـن الحلول الايجابية للمشكلات.
١١-	القبـول بـالاعذار، خاصـة ونحن نعلم انها مجرد حجـج يختلقها الطفل ليـهرب مـن المسؤولية.	- شجع على المواجهة، وساعد الطفـل على ان يحل المشـكلة بـدلا مـن ان يهرب منها.
١٢-	الاكثار مـن الحديـث عـن المستقبل "ذاكر حتـى تبقـى دكتوراً كبيراً او مهندسـاً، او غنياً.. الخ".	- ركز على المتعة التي يجنيها الطفـل من الشيء ذاته وعلى الاهداف القريبـة مثل الشـعور بالراحـة، والاسـتمتاع والاحترام الذي يخلقه النجاح.
١٣-	الدفـع المسـتمر للمنافسـة، وللتعامل مع الآخرين علـى انهم مجـرد نمـاذج يمكـن اتباعها او هزيمتها.	- ركز على العلاقات الايجابية الدافئـة على انها الهدف، ركز على المشـاركة وشجع الطفل على العمل مع الآخرين.
١٤-	الحث الدائم علـى العجلـة، والسرعة والدقـة والضغـط	- أعط للطفل فرصة لإنـهاء العمـل، وساعده على ان يخطط جدوله ووقتـه

	المستمر في هذا الاتجاه.	جيدا.. الاستعجال الدائم يربك ويثـــير القلق.
١٥-	اثارة اهداف غير واقعيـــة : "ستكون دائما الاول"، "سيكون اشهر واحسن طبيب".	- إثارة اهداف واقعية قصيرة المـدى " اعتقد انك لو خصصت ١٥ دقيقة يوميا لمذاكرة الحساب، سيرتفع تقديرك عمـا هو عليه". غير الهدف عند الضرورة.
١٦-	التخويف المستمر من العـــالم ومن الخارج: " لا تتحدث مع الكبـــار"، " لا تلعـــب لانـــك ستعدى بالمرض"، " لا تـنزل الميـــاه لانـــك لا تعـــــرف السباحة".	- التشجيع على المجازفات المحسوبة.. علمه السباحة بدلا من تخويفـــه مــن الماء، اجعله يحيـــط نفســه بـــالملبس الملائم في الأوقات الباردة الخ.
١٧-	اظـــهار الضجـــر عندمـــــا يتصرف الطفل بما يناســــب عمره والاصــــرار علـــى ان يكون انضج او اكبر من سنه.	- زود نفسك ببعض الثقافة الملائمة بما يناسب العمر، واجعل الطفـــل يســعد بالتصرفات الملائمة لسنه، او حجمـــه مع اطفال من نفس العمر.
١٨-	العقاب المستمر عند الخطأ.	- اذا كان لا بد من العقـــاب، وضـــح السبب فيـــه، وبيـــن ايضـــا الطريقـــة الصحيحة للتصــــرف او الفعـــل فـــي المستقبل.

-١٩	العزوف عن الحوار والمناقشة في امور حياتهم واهتماماتهم، ومخاوفهم، والتركيز على النقد، والقفز لاعطاء النصائح الشكلية.	- خصص دائما بعض الوقت لمناقشتهم في مخاوفهم دون سخرية منها. اجعلهم يصلون للحلول بانفسهم حتى ولو كنت تعرفها، شجعهم على التعبير عن الرأي والمشاعر امامك.
-٢٠	التردد في اتخاذ القرارات او التأجيل الدائم والحاحاتهم.	- لا تخش من اتخاذ القرارات وتجنب التأجيل الدائم، ارفض بوضوح وهدوء المتطلبات غير الواقعية، ونفذ ما تعد به اذا كان ممكنا.

((المشاركة هي ما يحتاج اليه الطفل

لكي ينجو من الحقد المدمر))

وحصولا إلى نهايـات القرن العشرين ... فقد الإنسان المعـاصر كـل صلات الحب ... ولمسات التعاون والمشاركة مع الاخرين... وذلك في محاولـة منه للسيطرة على ذاتـه وتحصنيها ضد وباء سرعة التقدم العلمي الرهيـب.. الامر الذي ادى إلى حالة سجن انفرادي في زنزانة الـ "أنا" .

وإذا كانت الطموحات البشرية المعاصرة تبتلع كـل معـاني التعـاون والمشاركة .. والايثار فانه يبقى امام أجيالنا من الاطفال فرصة – ولو نـادرة – من اجل العودة إلى نظرتهم التعاونية. من خلال الدراسات النفسية والاجتماعيـة التي تقوم بها مؤسسات خاصة في أنحاء العالم من اجل ان تنمي فـي الطفـل الجديد – رجل المستقبل – اكبر طاقة من العودة إلى حضن الناس مـلاذا مـن الحرمان الذي تتصف به حياة المعاصرين الكبار.

وفي دراسة حديثة أعدها – ليو – ف – باسـيوليا – أستـاذ التعليـم الخاص بجامعتي كاليفورنيا ولوس انجلوس – ويقول : "انـه مـن المسـتحيل التقرب إلى الناس .. ولو لم يكن بينك وبينهم حد ادنى مـن الحب.. تسـتخدمه مثل كوبري تعبر من خلاله اليهم.

ان احداً لا ينكر قابلية الإنسان على فهم قواه المتعددة للعطاء.. ولكـن هذه الاستجابة في حاجة إلى من يوقظها بوعي .. وبقدر توسيع دائرة تدريـب الاطفال على فهم انفسهم ومن حولهم مـن اجـل اعطائهـم المعانـي الحقيقيـة لكلمـة (تعاون) وكلمـة (مشاركة) وكلمة (أخذ) وكلمة (أعطـي) ..

وبقدر تعودهم عمليا مع معاني هذه الكلمات التي لا تموت.. فاننا نخلق ابطـــالا حقيقيين.. قد نجوا من اخطار البطولة المدمرة.. التي تقف عقبة فـــي طريـــق حصـــول الاخرين على حقوقهم وطموحاتهم.. وعندما نشبع القابليـــة العظمـــى للحب والمودة في اعماق اطفالنا .. فانها لا يمكن ان تتحول إلـــى حقـــد ذاتـــي مدمر.

المشاركة هي :-

لقد حاول اثنان من المتخصصين في تعليم الاطفال .. هما ستيف هـــو فمان .. الاستاذ بجامعة ميسورى – كاليفورينا – ويبكي وانـــدرام الاستـــاذة بمركز تنمية الطفل بنفس الجامعة.. حاولا تحديد مفهوم المشاركة مرتيـــن .. مرة من خلال الاطفال ومرة من خلال الاباء او الكبار بوجه عام.

هل يفهم الاطفال قيمة المشاركة عندما يسمحون الاطفال لاطفال اخريـن بمشاركتهم بعضهم عندما يقتسمون عن طيب خاطر وســـماحة نفـــس وجبتـــهم المفضلة مع اطفال اخرين..؟

لقد حاول الباحثان اكتشاف قيمة المشاركة في حياة الاطفال في مراحـــل الطفولة المبكرة.. وكان سبيلهما إلى معرفة الاجابة .. وذلك السؤال الذي وجـــه إلى اطفال تزيـــد اعمارهم عن ثلاثة اعـــوام .. فـــي احـــدى دور الحضانـــة الموجودة بمدينة ميسورى.

ما معنى كلمة مشاركة ..؟

- المشاركة هي عندما اركب قطارا كبيرا .. واخـــذ لعبـــة .. ادع صديقي "براين" يأخذ لعبة هو الاخر.

- المشاركة هي .. أنني أدع " اريك" يلعب بلعبتي .. وعندئذ يصبح اريك افضل صديق لي.

- عندما يأتي الينا "تانان" .. تقول لي مامي .. لابد من ان تشاركه لعبك وعندما اذهب إلى منزل "تانان" لا يسمح لي بمشاركته لعبه.

- في منزلي لا أشرك احدا من الأطفال الاخرين اللعب بعرائسي.

- حسنا.. أحيانا أشارك بعض الأطفال .. ولكنني أميل إلى ان اشارك نفسي.

النموذج والقدوة :

والحق ان البحث الذي أعده الباحثان.. يلفت النظر إلى أهمية النموذج والقدوة في تعليم الاطفال اهمية المشاركة.. فلا يكفي ان يلقن الآباء والمدرسون قيمة المشاركة عادة للاطفال..او يطلبون منهم مشاركة طفل اخو.. ولكن القدوة في السلوك تحث اثرا فعالا من خلال الملاحظة الشخصية..واكثر من تنبيه الطفل إلى استجابات بعينها لانها – اي القدوة – تمد الطفل بمعلومات حول النموذج والسلوك الامثل حتى ينقذه الطفل في موقف خاص به.

ومن المدهش حقا .. ان نلاحظ ان القدوة ليست فقط تلك التي تحدد بسلوك الكبار المحيطين بالاطفال .. ولكنها ايضا يمكن ان يستقبلها الطفل من سلوك زملائه من الاطفال إن كل الدراسات التي أعدت لمعرفة التأثير الاجتماعي للتلفزيون على سلوك الطفل تؤكد على دور القدوة التي يلتقي بها الاطفال من خلال القصص الانسانية في برامج الاسرة والطفل.. وتأثيرها الإيجابي على تثبيت قيمة المشاركة في نفوس الاطفال الذين يتابعون هذه القصص.

أثبتت الدراسات التي اجريت في هـذا الصدد .. ان الاطفال الصغـار في سن ما قبل المدرسة .. اكثر استجابة لقيم المشـاركة والتعـاون. لانـهم يعلمون جيدا انهم بهذه المشاركة.. يستطيعـون الحصول على العطف والحـب من الكبار.. الامر الذي يؤدي إلى تقوية الروابط الاجتماعية بين افراد الاسـرة. ان الكبار الذين يقدمون الصداقة ويعرضون المساعدة على الاخريـن لمنحـهم المزيد من الحماية والعطف .. وفي الجانب الاخر .. يعبرون عن ثقتـهم فـي قدرات الطفل ومقدرته على العطاء .. ويستجيبون لمحاولات الصغـار لجـذب الانتباه .. انهم جميعا وبدون استثناء يوجهون سلوك الطفـل إلـى المشـاركة الاجتماعية السليمة.

اللعب والمشاركة :

ان استراتيجية التعليم في العالم الحديث .. تؤكـد علـى دور اللعـب كعامل مساعد على تنمية سلوكيات المشاركة في نفس الطفل .. وعندما يطلـب من الأطفال أدوار مختلفة ومن خلالها يجربون مشاعـر الاخرين وأحاسيسـهم فان استعدادهم للمشاركة سوف يزداد بالتدريج.

ودور اللعب هنا هو انه يمدنا بفرصة ذهبيـة لمعرفـة ردود الأفعـال المختلفة للطفل في مواقف معروفة مسبقا .. هل يدرك ويحس شعور الاخرين.. او ما هي احتمالات تقوية شعوره بالمشاركة المطلوبة فـي موقـف معـروف وواضح. ان دور اللعب بهذا المفهوم قد يكون خارج مفهوم الطفل في السن مـا قبل المدرسة ولكنه ليس كذلك بالنسبة للكبار.

ان الطفل في سن ما قبل المدرسة يحتاج دائما إلى تنمية ادراكه تمكنـه من تكوين راي خاص في المواقف المختلفة .. انه في حاجة دائمة ايضا إلى ان

يدرك ان الاخرين لا يرون الاشياء والمواقف المختلفة كما يراهما هو (سوزي لا تعرف انني لا اريد هذه اللعبة ايضا) وهذا يقودنا إلى الاعتراف بالحقيقة التي تقول اننا لابد وان نغير مواقف المشاركة كقيمة هامة و سلوك ايجابي في الحياة اهتماما خاصا .. كما ننمي شعور الاطفال بحيث يكون على افضل حال اثناء نموهم الانفعالي والعاطفي .. وتمكنه من تكوين مفهوم التعاون والمشاركة كسلوك دائم في الحياة.

ولكن كيف يفهم الاطفال كلمة "مشاركة" ؟ وماذا يقول الآباء للأطفال حول المشاركة وكيف يشاركون؟

في برنامج عملي طبق على أطفال دار الحضانة .. سأل الباحثان آباء الاطفال الذين تبلغ أعمارهم ثلاثة أعوام هذا السؤال:- كيف تعلمون أولاد كم المشاركة .؟

حكاية شيسب :

قالت والدة شيسب :- ان المشاركة هي التعاون .. وانها تعلم أولادها المشاركة بالطريقة الآتية :-

اطلب من شيسب وشقيقته ان يجدا طريقة لكي يلعبا سويا .. واذا لم ينجما في الاشتراك في اللعب بها بدون صراخ او شكوى .. فسوف احمل اللعب بعيدا عنهما ولن اسمح لهما باللعب بها مرة اخرى.

ودخل " شيسب" التجربة العملية التي بدأت في اللحظة التي دخل فيها حجرة خاصة واسعة وبها لعب كثيرة .. وعلى المنضدة كان هناك سندويش من الزبدة وبعض المربى .. ثم زجاجة من العصير وبجانبها كوب الوجبة

تكفي الطفل واحد وقيل له انها تخصه ثم غادرت الباحثة الغرفة تاركة شيسب في تفقد والحجرة والاستمتاع بما فيها .. حتى ارسلت الباحثة طفلة اخرى لتشارك "شيسب" طعامه ولعبه .. وفي البداية تجاهل الطفل طلب صديقته الطفلة الاخرى بأن يعطيها قطعة من السندويش .. ولكن الطفلة الصديقة أصرت على ان تترك الحجرة قائلة :

عندما أعود .. سوف تعطيني بعضا مما معك اليس كذلك ؟ لم يرد شيسب ثم ذهبت الطفلة إلى خارج الحجرة وعندما اطمأن " شيسب " أسرع بحشر السندويش كله داخل فمه .. ثم امسك بالعصير واعطاه لصديقته عندما عادت.

ان شيسب وجد طريقة للتعاون مع صديقته حسب مفهومه الصغير تماما كما كانت امه تقول له : لقد خلق السعادة في قلب صديقته باعطائها العصير .. وفي نفس الوقت لم يظلم نفسه لانه خصها بما هو احب اليه وهو سندويش الزبدة والمربى.

حكاية تابيتا :-

والدة تابيتا قالت " ان المشاركة في اللعب معناها اللعب بالتناوب وركزت على اهمية تعليم المشاركة للطفل كما ظهرت مشاجرات الاطفال اثناء اللعب .. وقالت مثلا لذلك عندما أرى تابيتا تأخذ لعبة من صديقه لها .. اقول لها ان هذا خطأ .. ولا بد ان تلعب بها هي اولا.. عندئذ تعود تابيتا لاعطاء الصديقة ما اخذته منها".

ودخلت الطفلة تابيتا الحجرة للتجربة .. على المنضدة السندويش والعصير .. ثم دخل إلى الحجرة صديق لتابيتا في مثل عمرها "٣ سنوات" وطلب منها جزء من الطعام .. ردت الطفلة تابيتا بسرعة .. "بيكي – تقصد

الباحثة – اعطتني اياه..اذن هو ملكي– جلس الطفل الاخر يفكر فيما يفعله مع تابيتا – وذهب اليها .. حاول ان يصرف نظرها عن السندويش والعصير .. وطلب من تابيتا ان تأتي معه لكي يلعبا سويا في منتصف الحجرة بعيدا عن الطعام والعصير .. وعندما ذهب سويا جرى الطفل بأقصى سرعة نحو السندويش وحصل على قضمة شريحة منه .. رفضت تابيتا بشدة وقالت له: "..بيكي أعطتني اياه فهو اذن ملكي .. ولن اعطيك اي قضمة منه".

وبدأ كما لو كانت تابيتا تحاول حل مشكلتها بنفسها بنفس الطريقة التي لقنتها اياها والدتها .. او بالطريقة التي فهمتها من ابويها.. وهي انها عندما تحصل على شيء اولا .. فانها لا تتنازل عنه لاي شخص مهما كانت الظروف وفي كل الاحوال.

حكاية براين :–

والدا براين قالا : انهما يعلمانه قيمة المشاركة بأن يظهرا له انهما ابوين يجعلان براين يشاركهما أشياءهما الخاصة.

وتقول الام : انه يساعدني في المطبخ في تقطيع الاشياء ويشارك والده في اللعب بالادوات الموجودة في محل النجارة بمعنى ان يتعلم "براين" ان لكل منا اشياءه الخاصة ولكننا جميعا نشاركه اياه ايضا.

وعندما بدأ براين التجربة بقضم السندويش .. حاول ان يساعد صديقه الذي طلب منه قطعة بقوله :– اذهب إلى بيكي ستعطيك .. لم تعطه بيكي وعاء الطفل الاخر يخبر "براين" بهذا قال براين :– حسنا سوف نقتسم السندويش سويا.

اذن لقد بدا واضحا ان براين يتبع نفس النموذج الذي اوضحه له والده.. انه عندما اخذ السندويش كان يعتبره خاصا به .. وعندما طلب منه الصديق جزءا منه.. حاول ان يجد له مزيدا من الخبز بحيث يأكل منهما ما يكفيه ولكن نفاذ الخبز جعل براين يحاول حل المشكلة بأن اقتسم الخبز مع صديقه بحيث يستطيع كل منهما ان يأكل حتى ولو تصبيره.

هؤلاء الصغار يوضحون لنا ما يفهمونه حول المشاركة كيف تكون عندما يعتمد عليهم في حل مشاكلهم وفقا لاستراتيجية خاصة بمفاهيمهم الصغيرة.

إن ردود الأفعال عند هؤلاء الأطفال أوضحت لنا انه من المفيد ان نتساءل :- ماذا يتعلم الصغار من الآباء والمدرسين حول "المشاركة" عندما يحاولون مساعدتهم على اكتساب مهاراتها المختلفة.

هل المطلوب منا كآباء ومدرسين ان نزود الطفل بخبراتنا الملائمة لكل موقف:ام نساعدهم على ايجاد حل تعاوني لمختلف المواقف؟.. هل نشجع المنافسة اكثر من التعاون ؟.. اننا نكون قد شجعنا ظهور "الـ" بدلا من نحن.

والحق انه عندما نميز طفلا بعينه دون الاطفال جميعا كي نعهد اليه بمهمة عمل هام او نمتدح طفلا وضع لعبة بطريقة جيدة او نمتدح الرسوم الجيدة .. انما ندعم فكرة التنافس لتحقيق تمييز شخصي بدلا من التميز الجماعي - كما ندعم وقف الـ "انا" لن يمتلك الاحدث والاكثر والافضل.. اكثر من تشجعنا لموقف "نحن" حتى لو كانوا اطفالا غير قادرين على التملك والامتلاك.

هل نخلق المواقف التي تتيح للطفل فرصة تقدير قيمة العطف .. وتبادل المحبة مع الاخرين ؟

تقول الدراسة : ان الاطفال فيما بين الثانية والسابعة قادرون على فـــهم سلوك.. "الايثار" ومحبة الغير.. حتى ولو لم يكونوا عمليا قادرين على التعـاون الحقيقي مع الاخرين.. وهنـا يمكن اقتراح ان الكبار الذين يســلكون نموذجـا مثاليا دائما لابد وان يتحدثوا عن شعورهم هذا اتجاه الاخريـن .. ويوضحـون مفهومهم للحب والعطف في أذهان الصغار.

وفي النهاية .. لابد من ان نضع في اعتبارنا.. ما يمكن ان تقـوم بـه قصص الاطفال وكتب التلويـن التي تلعب دورا كبيرا فـي اكتسـاب الطفـل حساسية خاصة اتجاه حاجات الاخرين.وهناك العديد من الكتب التي تساعد فـي توضيح هذا المفهوم .. لان المشاركة كسلوك ايجابي في الحياة مطلوب تواجـده سواء في الصغار او الكبار .. كما ان قدرات المشاركة تتكون اساسا من خـلال التعليم والفهم والاحساس بالاخرين والتفكير باحوالـهم. وفـي عالمنـا المعقـد المشحون فان مفهوم المشاركة يجب الا يتأكد فقط بين الافراد بل يجب ايضا ان يتضح كسلوك ايجابي مطلوب بين الدول.. فالتعاون ضروري جدا اذا ما كنـا نريد ان نعيش معا في سلام. ان التعليم المبكر للطفل في سنواتـه الاول لـن تكون له قيمة دون ان نلقنه قيمة التعاون وعمليات المشاركة تلك الافكار التـي تبدأ مع الطفل مبكرا.. وتظل معه حتى يكبر ويعيش غفي عـالم يتطلـب كـل مجهود المشاركة والعطف .. لانه من المؤكد ان الاخرين يطلبون نفس الشيء.

كذلك فانه على الآباء والمدرسين اعادة النظر في تقدير قيمة المشـاركة .. والضرورة الملحة لتعليم الاطفال أهمية المشاركة .. وبذلك نكون نجحنا فـي خلق ابطال حقيقيين قد نجحوا من اخطار الحق الذاتي المدمر.

((اضطراب السلوك عند الأطفال))

يمر الطفل بمراحل عديدة من النمو والتطــور النفســـي والاجتمـــاعي بجانب النمو الجسمي والعاطفي، وللاسرة والبيئة اثر كبير في نمو الطفل حتـــى اثناء الحمل وهو جنين في بطن امه، فهو يشعر بانه مقبول او مرفـــوض مـــن احساسه بالرضا والسعادة من الام والاب او العكس، فاذا كانت هنـــاك رغبـــة شديدة وترقب في انتظاره فهنا يبدأ الارتباط العاطفـــي الشـــديد، بينـــه وبيـــن والديه.. وكذلك علاقته بالمجتمع تبدأ في هذه المرحلة الجنينية وتقـــرر تكوينـــه النفسي والجسمي والاجتماعي.

وعند الولادة مباشرة يحس الطفل بالاتجـــاه العاطفي للاســـرة نحـــوه، فيحس بالعناية الاهتمام اذا ما كانت الاسرة في حـــاجة لهذا الطفـــل مثـــال مـــا يحدث اذا كان الوالدان لم ينجبا من قبل او كان قد كبرا فـــي الســـن او يوجـــد عندهما بنات وفي حاجة الى ولد حيث يهتمان بالولد عن البنت.

وكلها عادات وتقاليد لها جذور من المـــاضي حيث توجد العقيدة بـــان الولد وهو العصب أهم لبقاء اسم الاسرة واستمراريتها، وكذلك للاعتقـــاد بـــان طبيعة الاعباء الاسرية يتحملها الولد اكثر من البنت، ومن هنا كـــانت الاهميـــة التي تعطى للولد تأخذ شكلا من الاهتمام، ويزيدها الاهتمـــام اذا كـــان الطفـــل وحيدا، وقد يكون هذا الاهتمام من الشدة لدرجة انه يصبح اهتماما مرضيا.

وفي المراحل المختلفة لنمو الطفل ينتقـــل الطفل من مرحلة الاعتمـــاد التام على الاسرة الى مرحلة الاستقلال، ومن مرحلة حب الذات الى عضو فـــي الجماعة يشارك في حياة الاسرة ويتعلم الاخذ والعطاء والحب والكراهية والخير

والشر فيتخلص تدريجيا من الانانية وحب الذات الى الاحساس بوجوده كفرد في المجتمع الصغير وهو الاسرة ثم المجتمع لاكبر قليلا وهو المدرسة ثم اخيرا في المجتمع الكبير اذا زاول نشاطه فيه.

والرغبة الشديدة في هذا الطفل تقررها عوامل اسرية واجتماعية وبيئية وصحية في الوالدين وتبدأ هذه المظاهر بما نراه في سلوك الوالدين وما نشاهده من حماس شديد وتوتر اثناء استقبال هذا المولود بمظاهر سلوكية غير عادية من الاسرة والوالدين.

وزيادة الاهتمام والعناية والرعاية التي يخلقها جو الاسرة ووجود الطفل الوحيد المدلل في هذه الاسرة لا يتيح له فرصة النمو النفسي والعاطفي والاجتماعي الطبيعي، ويصبح الطفل انانيا ومحبة لذاته وهذا في حد ذاته يخلق عنده بعض القلق والاحساس بعد الاستقرار له لممارسة الخبرات الاجتماعية وحسن مشاكلها الحل السليم المتين على حساب الجماعة. والمشاركة الوجدانية واكتساب الخبرات لحل هذه المشاكل في اصغر سن ... يعتمد على الاسرة وتوجيهاتها، وتعلم الطفل معنى العقاب والثواب والخطأ والصواب، فاذا ما كبر وتعرض لخبرات قد تكون شديدة يستطيع الانسان السوي ان يحلها.

ولكن اذا كان الطفل مدلالا وبدون خبرة فهذه تخلق صعوبات في حياته وتوترات نفسية قد تأخذ صعوبة مرضية نفسية تحتاج لمراجعة تامة لاعادة تكوين هذه الشخصية غير الناضجة.

وزيادة الحب والعطف والحنان للطفل المدلل وتلبية كل ما يطلبه تقف حائلا دون ترشيد الطفل من اكتساب الخبرات الاجتماعية، والغريب انه توجد امثلة كثيرة تظهر عدم نمو الطفل المدلل اجتماعيا احب ان اسرة بعض منها

هنا، فهناك المثال الذي يقول "اللي على الحجر" و "ابن امــــه" و"حيلــة والديــه" وغيرها من صور وتقاليد اجتماعية تجعل الاسرة لا تعطـــي الفرصـــة للطفـــل التعبير عن نفسه ولاكتساب الخبرات الاجتماعية والعاطفية والعقلية وممارستها، وتنشأ نتيجة لذلك شخصية غير ناضجة تبدأ بعدم القدرة على التكيف الاجتماعي والفشل في الدراسة الى صور سلوك غير مقبولة اجتماعيا الى "الجنـــوح"،واذا كبر الطفل تحت هذه الظروف المرضية غير الطبيعية قد تجره الى الجريمة.

وتقتضي الرعـــاية النفسية والتربوية السليمة الـــى ان يـــهتم الوالـــدان بالتطور النفسي والاجتماعي والعاطفي والعقلي بجانب النمو والتطور الجسمي.

وعلى الاسرة معرفة خصائص كل مرحلة من مرحل النمو واحتياجاتـها ومتطلبات المجتمع من الطفل لان هذا الطفل يعيش في مجتمع يتأثر به ويؤثـــر فيه، وكمثال لذلك فان الطفل المدلل يخلق جوا من التوتر عند الاسرة والابويـــن خاصة اذا مرض او اصيب بمكروه، ويزداد هذا التوتر حدة اذا كـــان تـــدليل الطفل من جانب واحد أي من الام او الاب فقط، فهنا تحدث خلافات وتضـــارب في تصرفات ومشاعر هذه الاسرة يكون الطفل سببا لها، وفي نفس الوقت فـــان هذه التوترات ومشاعر القلق والخوف عند الاسرة ينعكس اثرها علـــى الطفـــل وتزيد من توتره وقلقـــه.

ولذلك يجب الانتبـــاه ان تكون رعاية الطفل متوازنـــه مـــن الابويـــن والاسرة وخالية من التوترات وشدة الانتباه او الحنان الزائد، فكلها تبعد الطفـــل عن النمو النفسي السوي وممارسة الخبرات الاجتماعية السوية حتى لا يكـــون عرضة للاضطرابات النفسية والخوف من الامراض وعدم القدرة على اتخـــاذ القرارات او العمل عندما يكبر هذا الطفل.

((دلال الطفــل .. وإفسـاده))

- "قسوة" في مكانها تعطي نتائج طيبة.
- "دلال" في وقتــه يرهق شعــوره.

حمايــة الطفــل بشــدة وبإفــراط، وتؤدي الى شعــور الطفل بالخوف من الانفراد، وهذا الشعور يتزايد كلما انصرف عنه أهله.

كلنا لدينا مشاغل ومشاكل يومية، نعمــل على تأديتها للقيام بواجباتنــا التي تتطلب منا التضحية في سبيل تأمين مستقبل مضمون للأبناء الأعزاء.

ان كثرة الحماية، واعطاء الإحساس بأهمية الطفل الكــبرى، واللهفــة عليه، يؤدي الى صراع كبير في داخل الطفل، ويجعله شديد التأثر، فيشعر بمــا تعاني امه، من تردد وشعور بالذنب، وقلق من جراء تركها له مــدة طويلــة خلال النهار، وافتراقها عنه بسبب عملها.

لذلك نجد ان الام والاب يحاولان تعويض الطفل عن حرمــانه هــذا التدليل الى درجة الافساد. وهنا تكبر المشكلة وتبدأ المعاناة، ويضطر الابــوان الى اللجوء في نهاية الامر الى القسوة لردع الاولاد.

ولكن ما الفائدة ؟ وهل فات الاوان يا صديقتــي الام؟ فــتعالي نبنــي المراحل التربوية التي يجب ان ترافق الطفل منذ ولادته حتى بلوغــه بطريقــة معقولة، تكون فيها قد صقلت نفسيته وتربيته، ولم يعد الخــوف مــن إفســاده مسيطرا علينا.

"التدليـــل": هل يفسد الطفل حقا؟..

بالطبع كل امرأة حديثة العهد بالأمومة وكل رجل حديث العهد بـــالأبوة، يجهل ماهية إفساد الطفل، ونرى ان الإفساد عموما يأتي فـــي الســـن المبكـــرة للطفل، أي منذ ولادته، ولكن هذا إفساد قابـــل للعلاج، خلال الفـــترة مـــا بيـــن الولادة والشهر الرابع، ان صراخ الطفل في هذه الفترة، له أسبابه، كأن يحـــس الطفل بألم المغص والانتفاخ وهذه الآلام كثيرة في هذه السن، عالجيها، وليـــس هناك داع لانتزاع الطفل من فراشه والسيـــر به ذهابا وإيابـــا، كلمـــا صـــرخ صرخة، أيقظتك من نومك: فتهرولين إليه خائفة عليه مذعورة.

إن الطبيب بإمكانه مساعـــدتك في هـــذا الأمر فاتبعـــي النصائـــح جيدا وستحصلين على نتيجة رائعـــة في هـــذا المجـــال.

خلال النصـــف الثانـــي من سنتـــه الأولى

في الفتـــرة التي تلي الطفولة المبكرة وهي العمر الذي يـــتراوح بيـــن الشهر الخامس ، فهنـــاك أمور تفسد الطفل، فكثرة تسلية الطفـــل مثـــلا كلمـــا استيقظ من نومه، وتعمد الأم إلى الركض لانتزاعه من الفراش، بعـــد أن مـــلأ البيت صراخـــا وعويلا، ذلك لأنه يعرف ماذا سينتج، فتبدأ بعناقه ولا تتركـــه، حتى اصبح يعتمد عليها في تسلية نفسه.

ان الأطفال "ماكرين" لدرجة كبيرة فقد قلنا ان صراخ الطفل يكـــثر مـــن مخاوفك، فتهرولين إليه مذعورة لأخذه بين أحضانك وتعيدين له الأمان.

إن الطفل يتصرف حسب الأمور التي اعتادها، فقد اعتـــاد ان يصـــرخ، وان تهرولي اليه فتأخذينه بين ذراعيك، وتأتي به الى فراشك ، ومتى استســـلم

الى النوم تعودين به الى سريره، ربما أحس بعدها بأنك تخليت عنه فيعمد إلى الصراخ ثانية، وان بقي نائما، لا تخفين أنت قلقك، فتذهبين بين برهة وأخرى على رؤوس أصابعك للاطمئنان عليه...

إن هذه الأخطاء التي ترتكبها الأم تجعل الطفل الصغير مدللا، لا يهمه إلا ان يكبد أمه مشقة السهر، والام بدورها خوفا عليه ومخافة ان يزعج صراخه، الجيران والآخرين في البيت تقوم بتطمينه، بانها موجودة دائما إلى جانبه متناسية انها بحاجة إلى الراحة، وانها يجب ان تهتم بنفسها كاهتمامها بطفلها، حتى لا يتسرب إليها التعب والإرهاق.

مـا العمـل إذاً ؟

دعي طفلك في فراشه، ولا تهتمي بصراخه، سيجد ان لا فائدة مرجوة من هذا الصراخ فيخلد الى النوم، هذا طبعا اذا لم يكن يحس بألم او لم يكن جائعا. أي بعد تأدية واجبك نحوه، واخلاده الى النوم فينام نوما عميقا هانئا، وانت كذلك تخلدين الى الراحة لتقومي باعمالك اليومية في اليوم التالي.

ان الاستسلام الكلي لرغبات الطفل سببها مخاوف الاهل، وقلقهما عليه، لان هذا المخلوق الذي تسببا في وجوده، لا حول له قوة، غير ان يقوما برعايته، ولو ادى ذلك الى مشقة وارهاق، ولكن هذا القلق يزول مع ولادة الطفل الثاني فيكون الابوان قد اكتسبا خبرة في هذا المجال، ويعلمان عندها ان القسوة يجب ان تستعمل من وقت لاخر لاصلاح الخلل.

إصـلاح الفسـاد

إن هـذا الأمر يتطلب منا ارادة قوية، وذلك في سبيل تحقيق النتائج

المرجوة، ان بعض القسوة في مكانها تاتي بنتائج مذهلة لان تقويــم اعوجــاج الطفل، هو في النهاية لمصلحته ومصلحتك في آن واحد.

عوّدي طفلك الاتكال على النفس في التسلية، ادفعي اليه بلعبة مفضلــة لديه ودربيه على اللعب، ثم اتركيه، وانصرفي الى انجــاز أعمــالك المنزليــة، اجعليه يشعر ويعلم ان عليك القيام بهذه الاعمال، وهو مسيتقظ، ليعلم ان لديــك عمالا مهمة غير تسليته واللعب معه.. وحدثيه قليلا وانت تقومين باعمالك، حتى لا يدخل الملل في نفسه، ولكن دون ان تنظري اليه، فقط لتجعليه يستمع إليــك، وإذا بدأ بالبكاء اذهبي من أمامه ولا تعيريه اهتماما، فيعود الى لعبتــه، وقبــل موعد نومه، لاعبيه قليلا وحدثيه، وداعبيه ثم ضعيه في الفراش، بعــد تقبيلــه فيستسلم الى النوم العميق.

ان تكرار هذا الامر يجعل الطفل معتمدا على نفسه في اكثر الأمــور، لتسلية نفسه في البداية، ويتدرج ويتدرب شيئا فشيئا على هــذا الاعتماد، حتــى سن المدرسة، فيسهل افتراقه عنك.

ان الطفل يتعود في البيت تنظيم حياته، فيقوم بــترتيب ألعــابه فــي مكانها، ومن ثم ترتيب اقلامه ودفاتره. وبعد ذلك ترتيب فراشه وثيابــه. بذلــك تجنبين طفلك مشكلة، سيحملها معه اينما حل وهي عقدة الخــوف والاعتمــاد عليك، الى الاعتماد على الغير.. ومتى تجاوز الطفل العاشرة من عمره، قد يقــع الاهل في " مطب" آخر: هل من ضرورة لإجابة كل طلباتــه؟ هــل يكفــي ان "يأمره" فيستجيب الوالدان؟ متى نقول له " نعم"؟ ومتى نقول " لا "؟.. ولنا لقــاء آخر للاجابة على هذه الاسئلة.

((الطفل طويل اللسان))

انفعل الأب وهو يشاهد احدى مباريات الكرة في التلفزيون فصاح بـأحد اللاعبين ووصفه بكلمة خارجة ونال هذا الوصف استحسان الجميع. واستاءت الأم من تفصيل الخياط لفستانها فلفظت لفظاً غير مؤدب لقي موافقة من صديقاتها.

وفي يوم من الأيام ... وعلى مرأى وسمع من الضيوف صاح الطفل الصغير بنفس اللفظ، وصفع أمه به، فبهت الجميع وتساءلوا من أين أتى بهذه الكلمات البذيئة؟!

واذا بالأم تسحب الطفل خارج الصالون وتضربه صفعتين قويتين على وجهه. ولا ريب ان الطفل المسكين قد سأل نفسه عن السبب في ضربه لكلمة قالها والده وقالتها والدته، مثلاه الأعلى – ولعله قد تعجب من هذا المجتمع الظالم الذي يكيل بكيلين.

الطفل طويل اللسان مشكلة كبيرة بالنسبة لأهله وهم لا يستطيعون البقاء محايدين أمام ابنهم البذيء خوفاً من تطور سوء أخلاقه من اللفظ الى الفعل. ومن اتهامهم بالإهمال من تربيته. وطول اللسان مشكلة لها ثلاثة أطراف، الطفل والمجتمع والأهل.

- **طريقة التقليد**

الطفل في السنة الثانية من عمره يتعلم أشياء كثيرة جداً عن طريق التقليد فهو مثلاً حين يدخل عيادة الطبيب يمسك بسماعته ويحاول السماع بها، وقد يعجب اذا لم يسمع شيئاً. والطفلة الصغيرة تلاحظ امها وهي ترتب السرير

فتحاول مساعدتها في ترتيبه. وأول معلم للكلام في حياة الطفل هو أهله فهم ان تكلموا الانجليزية تكلمها، وان تكلموا الصينية نطق بها، وان لفظوا لفظاً بذيئاً ردده. دون أن يفهم معناه وهذه اولى مراحل الطفل طويل اللسان، ويتوقف تطور الحالة على معالجة الموضوع في اول مراحله فهناك أهل يضحكون جداً ويسعدون عندما ينطق الطفل بإحدى هذه الكلمات وهذا يشجعه كثيراً على ترديدها وترديد غيرها.

والصنف الأول من الأهل هو من يعنف الطفل بشدة عند ترديده للفظ بذيء بل يضربه ضرباً موجعاً قاسياً. ان الأهل أهم مصدر هذا اللفظ، فالطفل لا يكون كلماته بقراءة مختار الصحاح بل بالاستماع الى أهله وسكان البيت جميعهم بما فيهم الشغالة، وقد تنجح هذه الطريقة ولكنها غالباً ما تفشل فالطفل يبدأ في استعمال اللفظ كسلاح لإثارة الاهتمام حتى ولو أدى هذا الأمر الى الضرب.

أما الصنف الثاني من الأهل فهو من يتحاشى التلفظ بمثل هذه الألفاظ على الأقل أمام الأبناء. فإذا ردد الطفل أحدها في يوم من الأيام تجاهلوه وان لم يفد التجاهل خاطبوه في هدوء وتعقل قائلين:

هل سمعتنا نردد هذه الكلمات قبلاً، طبعاً لا فهي كلمات لا تليق بالأشخاص المهذبين مثلك. وان لم يفد هذا فإلى المرحلة التالية بحرمانه مما يجب كالفسحة أو الشكولاته مثلاً، واذا لم يفد اللين بعد كل هذا فلا مانع أبداً في آخر الأمر من علقة ساخنة، مع البحث عن المصدر الذي أتى منه الطفل البريء بهذه الكلمات كالشغالة مثلاً أوا ابن الجيران، ويستطيع الأهل بهذه كله حماية الطفل من سوء اللفظ والبذاءة حتى يصل الى مرحلة جديدة وهي مرحلة

المدرسة وفيها يجتمع عنصران معاً من سن السادسة وما يتبعـــها مـــن حـــب الاستقلال ودخول المدرســـة، والمجتمع الجديد الذي يجمـــع كـــل المســـتويات الخلقية.

- **حب الاستقلال**

في سن السادسة تبدأ مرحلة حب الاستقلال، وفيها يكوّن الطفـــل بعـــض العادات التي قد تكون مستهجنة كأن يشتم، وكأن يجلس على المائدة بدون غســـل يديه، وقد يدس وجهه في الطبق حين يأكـــل، وهو لم يكن يفعل هذا مـــن قبـــل وهو حين يتصرف مثل هذه التصرفات يعلـــن عن حقه في تكوين الشـــخصية التي يعتقد انها تناسبه بعيداً عن تلك الشخصية التـــي كونتـــها رعايـــة والديـــه ونصائحهما. وهو حين يثور على ما تعلمه من والديه – ومنه أدب اللفـــظ – فهو يثور لمجـــرد الثورة حتى يؤكد استقلاله عن والديه. ومتى تأكد مـــن هـــذا فإنه سوف يعـــود بتوجهات الأهل والتي حفظها تماماً في عقله الباطن ورعاهـــا والا لما ثار عليها.

أما في المدارس فالموضوع يختلف، هناك نوعـــان مـــن الألفـــاظ قـــد يستعملها الطفل بعد دخوله الدار، أولها هي الكلمات البذيئة، فقـــد يســـمع هـــذه الكلمة من أحد نجوم المدرسة من التلاميذ ويرى اعجاب الباقين بها، فيرددهـــا بحذر ويردد مع بعض زملائه ولكنها قد لا تعطي نفس الأثر فيقـــرر تجربتـــها في محيطه المنزلي، كتجربة كيميائية، حتى يرى رد فعلهـــا فكيف يكون الحـــل أيجب أن نفهم طفلنا معناها – قدر المستطاع.

- **كلمات خاصـــة**

والنـــوع الآخر من الألفاظ التي يستمدها الطفل من مدرسته هي نوع من

الكلمات الخاصة التي قد يستعملها الطفل هو وأخواته، واذكر انني حين رجعت بعد أول يوم من الدراسة من مدرسة المنيرة الابتدائية فاجأت والدي بكلمة "ها وأو" وكلمة "جرى ايه يا"!! ومثل هذه الكلمات حلها بسيط جداً. وما قد حدث لي – وهو تماماً ما يجب ان يكون – أنهما تجاهلا هذه الكلمات تماماً وبعد بضعة أيام قالا لي ان هذه الكلمات يحسن جداً وقف استعمالهاعلى المدرسة والتلاميذ وليس من المستحب التلفظ بها في المنزل،وقد كان أخذت أرددها بضعة أسابيع أخرى بالمنزل، مللتها فهي لم تجذب الانتباه ولم أجد أحداً غيري يرددها فأوقفتها على الوسط الذي يفهم ويقدر معناها – وهو المدرسة.

وبعد يا سيدي ؟!.

من هو الطفل المؤدب؟

هل هو الذي يفهم معنى الكلمات الخارجة ويعلم متى يجب ان يمتنع عن التلفظ بها ومتى يحقق له استعمالها دفاعاً عن نفسه، ام هذا الطفل الساكت الذي قد نصفه بأنه كالملاك. وهو مع هذا يطوي بين جنباته نفساً غير منطلقة تعوقه عن التعامل مع غيره من الأطفال.

الطفل المخرب

لماذا يقلب الأطفال نظام المنزل رأساً على عقب؟ ولماذا يلجأ البعض منهم إلى أغلفه الكتب فيقومون بتمزيقها؟ ... ولماذا يدمر الطفل لعبه؟... وهل كل اتلاف تخريب؟

ما الطريقة المثلى ازاء هذه التصرفات؟ ... وهل هي فعلاً شريرة؟... وهل يكون من المفضل ابعاد محتويات المنزل عن الطفل، فنغلق جميع

الحجرات، ونمنعه من دخولها لا نسمح له الا بالتواجد في المكـــان المخصـــص لـــه؟... وهل من الواجب شراءها ثم حفظها بعيداً عنه حتـــى يكـــبر ويمكنـــه المحافظة عليها؟

في هذا التحقيق ... نجد الإجابة عن هذه الأسئلة وغيرها:

متى يكون الطفل مخرباً؟

قد يسمى الطفل مخرباً فعلاً اذا ما كانت تصرفاته تزيد على تصرفـــات أقرانـــه بشكل مبالغ فيه. وهناك أسباب لهذا نوجزها فيما يلي:

١- نمو جسمي ونشاط زائد للطفل مع حياة مغلقة، وعدم وجود نشاط يســـتنفد هذه الطاقة.

٢- اضطراب الغدة الدرقية، مما يزيد افرازها، فيصبح الطفل متوتـــراً دائـــم الحركة.

٣- انخفاض مستوى الذكاء مع النمو الجسماني الزائد.

٤- اضطراب الغدد، بحيث تؤثر على التآزر العضلي والتناسق الحركي وقـــد يحـــدث ذلك للشباب أثناء فترة المراهقة فيكسرون ما يقع فـــي أيديـــهم، نتيجة رعونة أو زيادة إفرازات الغدد.

٥- أحياناً، يكون التخريب بسبب الاضطراب النفسي، او الشعور بـــالنقص أو الظلم، فيلجأ الطفل للانتقام، أو كسر ما يقع بين يديه، وذلك بأســـلوب لا شعوري فيشعر باللذة والنشوة للانتقام ممن حوله.

حب استطلاع الطفل .... وخطأ الوالدين:

وعن معاقبة الآباء والمربين للأطفال على عبثهم، أو تخريبهم لما حولـــه أو اتلاف محتويات المنزل أو بلل ملابسهم، أو لعبهم بالنار.

الأطفـال يرغبون في اشباع حاجات النمو العقلي، التي تدفعـهم الـى فحص وتحسس ما حولهم مما يجعل الطفل يشعر بالدهشة لعقابه عـل نشـاطه وينتهي به الأمر منذ نعومة أظافره، الى الشعور بأنه يعيش فـي عـالم ظـالم، يعاقبه على الأعمـال التي يستمد منها اللذة او تربطه بالعالم الخارجي، الـذي يحيط به فيؤدي الى حذر الطفل عند ممارسة دوافع ونزعات حب الاسـتطلاع، ولا يمنعه من سلوك التخريب، ولكنه يمارسه مع شيء من الحذر والخوف ممـا يؤدي به الى الرعونه والتستر فيتلف ما يفحصه أو يكسره بأسرع مما كان قـد يحدث، لو أنه فحصه أو عبث به وهو ليس خائفاً كما أنه يلجأ الى الكـذب، اذا سئل عمن عبث بذلك الشيء بسبب خوفه من العقاب .

والعقاب والتخويف، لا يمكن ان يمنعا الطفل من العبث والتخريـب، ذلك السلوك الذي نسميه – خطأ في الطفولة الأولى بالتخريب.

الطاقة في الطفل .. تحتاج لإشراف:

أما ما يجب اتباعه من سلوك تجاه الطفل ونتفادى إتلافه للأشياء.

ينبغي على الآباء إعطاء فرصة للطفل لكي يتعرف على ما حوله، ولكـن تحت اشرافهم بحيث لا يضر بنفسه او بما يحرصون على حمايتـه، فلا مـانع مثلاً من أن نتيح الفرصة للطفل باللعب في الماء تحت اشرافنا، حتـى يتعـرف عليه، بل يجب ان نشجعه على الإجابة عن الأسئلة بقصـد حـب الاسـتطلاع بهدف تثقيفه. لذلك يجب أن نسمح له باستعمال المقص مثـلاً، تحـت اشـرافنا أيضاً، كما يجب غلق الأدراج التي لا نريد عبث الطفل فيها ويجب مده بـاللعب التي تمكنه من أن يقوم بحلها وتركيبها، لأن هذه الدوافع مهمـة فـي التطـور النفسي والعقلي لكل الأطفال.

والحقيقة ان الله خلق مع كـل طفل طاقة كبيرة ليتحرك كثيراً، ويتعـامل مع كل ما في الحياة ويتعرف على دنياه.

((لنرفع شعار سعادة البيت أولاً))

يعتقد بعض الآباء ان الطفل يحتاج في سنين عمره الأولى الى الرعاية الصحية البدنية اكثر من أي شيء آخر.

ولهذا يركزون على طعام الطفل ونومه وملبسه وصحته العضوية بشكل عام. ولكن الحقيقية العلمية تؤكد أن الطفل منذ لحظة ولادته يحتاج الى العطف والحنان والاهتمام المعنوي بقدر احتياجه الى الرعاية الصحية

- في الشهور الأولى يستشعر الطفل الحنان من خلال اصابع أمه، ولا تمثل الأم له مصدر الطعام فحسب ولكنها تمثل مصدر الحنان والأمان أيضاً، ومنذ الشهر الرابع يستطيع الطفل ان يتعرف على وجه امه ويشعر بالخوف والفزع لرؤية الوجوه الغريبة وسرعان ما يزال خوفه وقلقه عند رؤية وجه امه ... كما يبدأ الطفل في الاستجابة لابتسامتها ... ولهذا فالابتسامة الحنية على وجه الأم في نفس أهمية اللبن الذي تدره من صدرها. فإذا وفرنا للطفل أماً بديلة تمده بالطعام وترعاه صحياً وتخفف عنه أي ألم عضوي يشعر به فإن ذلك لن يعوضه عن أمه الفعلية التي تدر عليه الحنان الطبيعي.

ولقد أجرى العلماء تجارب في هذا الاتجاه على حيوانات المعامل وخاصة صغار الشمبانزي التي انتزعوها من امهاتها وأعطوها لحضانة امهات أخرى. فوجدوا ان هؤلاء الصغار يصابون بالعصبية.

- هل يؤثر عدم الاهتمام والحنان بالطفل في شهيته للطعام؟

– نعم يفقد الطفل شهيته للطعام ويضطرب نومه والأهم من ذلك فإن نموه يتوقف، وكان هذا مفتاحاً لاكتشاف هام لمرض يصيب الأطفال ولم يكن

معروفاً سببه، وهـذا المرض هو توقف نمو الطفل رغم أنـه يتنـاول غـذاءه الطبيعي بالكميات السليمة، ويصبح الطفل قزماً ومتخلفاً في نموه عـن عمـره الزمني واختار الأطباء في هذا المرض لأن جميع الفحوص الطبية كانت تؤكـد سلامة الطفل من الوجهـة العضوية واكتشف الأطباء ان سبب هذه الحالة هـو حرمان الطفل من الحنان. وذلك حين ينشأ الطفل بعيداً عن أمه الفعلية أو حيـن يتعرض للحرمان والاهمال من أمه ... القزم العاطفي، ولعل هذا يؤكد شـيئاً خطيراً وهـو ان الحنان والاهتمام والعطف يمثـل الجـانب العضـوي فـي الموضوع الى حد تأثير الحرمان العاطفي على النمو العضـوي ولكـن هنـاك تأثيرات نفسية خطيرة على شخصية الطفل نتيجة لحرمانه من الاهتمام والحنان.

ان التأثيرات النفسية للحرمان من الحنان والاهتمام تأتي في البداية فـي صورة حالة مرضية تصيب الطفل. فالطفل معرض للاصابة بالمرض النفسـي والعقلي مثل الكبار تماماً. ويكاد لا يكون هناك مرض نفسي او عقلي يصيـب الكبار الا ويصيب الصغار أيضاً. بل ان الطفل معرض بنسبة أكـبر للإصابـة بالأمراض النفسية والعقلية نظراً لحساسيتـه الشديدة وعـدم اكتمـال نضجـه الانفعالي والفكري. فالطفل قد يصاب بالقلق والاكتئاب والوساوس والمخـاوف، وأيضاً يصاب بمـرض الفصام، ولكن أعراض المرض النفسي عند الأطفـال تختلف عنها عند الكبار، فهي تـأتي فـي صـورة اضطرابـات عضويـة او اضطرابات سلوكية فقد يأتي المـرض النفسي في صورة تبول ليلـي لا إداري أو تبرز لا إرادي أو تلعثم في الكـلام او قيء مستمر او آلام فـي المعـدة أو فقدان شهية الطعام.

وقد يصاب الطفل بفقدان القدرة على التركيز ويتعثر دراسياً دون سبب

واضح، وقد يأتي المرض النفسي للطفل في صورة اضطرابات سـلوكية كـأن يصبح الطفـل عدوانياً عنيفاً يعتدي على أخوته بـالضرب ويدمـر محتويـات المنزل فقـد يفقد احترامه لوالديه ويتطاول عليهما بألفاظ نابية، وقد يسرق مـن المنزل أو يهرب من المدرسة كل هذه الأعراض سواء كانت أعراض عضويـة أو أعـراضاً سلوكية تشيـر إلى ان الطفل يعاني نفسياً وان المـرض النفسـي عند الطفل يأخذ أشكالاً غير مباشرة.

وقد يعاني الطفل من المرض النفسي بشكل مباشر وهذا ما لا يصدقـه الكثيرون كأن يشعر الطفل بالاكتئاب فيشكو من انه حزين ومتألم ولا يسـتمتع بالحياة وانه يود أن يتخلص منها، أو قد يشعر الطفل بحالة القلق كما يشـعرها الكبار فيصبح متوتراً عصبياً سهل الاستثارة غير مستقر حركياً.

- هل للحـرمان العاطفي تأثير على المدى الطويـل. أي علـى شـخصية الطفل في المستقبل حين يصبح مراهقاً ثم شاباً.

– بالطبع هناك تأثيرات سلبي على المدى الطويل، فالطفل الذي يتعـرض للحرمان والأعمال تنمي شخصيته في أحد الطريقين:

إما أن يصير انطوائياً خجولاً لا يستطيع مواجهة الناس ولا يقـدر علـى التعبير عن رأيه وتصبح هذه صفات ملازمة لشخصيته تعوقه عن التقدم وعـن النجاح في الحياة ويظل يعاني طوال حياته من هـذه الآثـار السـلبية فـي شخصيته.

وإما ان يتخذ الطابع العدواني الأناني كتعويض عن حرمانه من الحنان في طفولته.

وأحد التفسيرات النفسية التي تقدم لحالات السمنة والافراط في الطعـام

هو احتياج الانسان البدين لتعويض الحنان الذي فقده في طفولته فهو يظل طوال حياته جائعاً للحب. والطعام يصبح بديلاً للحب فيسرف في الطعام رغم ضرره وهناك تفسير يقدم أيضاً لحالات الادمان وخاصة ادمان الخمور وهو رغبة الإنسان في الحصول على السعادة المؤقتة الوهمية لإحساسه بالحرمان الدائم من العطاء والحنان من الناس.والمدمن يعلم ان الخمر سوف تنهي حياته ولكنه لا يستطيع التوقف وكان في كلتا الحالتين، السمنة والإدمان الكحولي رغبة دفينة في تحطيم الذات اي في الانتحار.

والانتحار الفعلي يفسر نفسياً على أنه فقدان الإنسان لموضوع الحب. أو الاحساس بأنه مهدد بأنه يفقد الاهتمام والحب من الآخرين. وهذا الخوف نابع من طفولته لأنه حرم من اهتمام وحب وعطف والديه.

- هل هذا الحرمان في الطفولة يهيئ الإنسان للإصابة بالمرض النفسي حين يكبر؟

– هناك اتجاه في الطب النفسي يؤكد ان الأمراض النفسية التي تصيب الكبار لها جذورها في الطفولة، وان الأطفال المعرضين للأعراض العصبية في الطفولة كالفزع أثناء النوم أو التبول اللاإرادي أو قضم الأظافر أو التلعثم يكونون معرضين للإصابة بالمرض النفسي حين يكبرون ولعل هذا ينبه الآباء الذين يهملون اطفالهم بأن التأثير الضار لهذا الإهمال يستمر معهم طوال حياتهم ويعرضهم للمعاناة النفسية في مرحلة الطفولة كما يؤدي بشكل سلبي على نمو شخصياتهم، ويعرضهم للمرض النفسي حين يكبرون.

- ما هي الصور الشائعة في مجتمعنا للحرمان العاطفي والاهمال من جانب الآباء للأبناء٠٠ والذي يؤدي الى هذه التأثيرات السلبية ٠٠؟!

الأم العاملة معـذورة وفي ورطة، فهي ممزقة بين عملها الـذي يدعم الأسرة اقتصادياً، وبين اهتمامها بأطفالها، وليس الاهتمـام العفـوي ، ولكـن الاهتمام العاطفي فالاهتمام العضوي يمكن ان تقدمه الشغالة او الداده أو الجـدة ولكن الاهتمام العاطفي فالأم هي الوحيدة القادر على تقديمهن ولا شـك فـي أنهـا تعود من عملها مجهدة ومثقلة نفسياً وذهنياً وتكون طاقاتها العاطفيـة قـد استنفذت، وهؤلاء الأطفال يعانون من بعض الإهمـال العـاطفي والحرمـان الجزئي من الحنان.

ولكن للأسف هناك أمهات غير عاملات وفي نفس الوقت غير قـادرات على إعطاء الحنان الكافي للبيت وللأطفال، وهذا يعود بـالطبع إلـى نـوع شخصية الأم. وهذه الأم بلا شك هي نفسها مصابة بنوع من التبلد الوجدانـي، والأم غير السعيدة في حياتها الزوجية تكون غير قادرة أيضاً علـى العطـاء الكافي .. فالخلافات الزوجية المستمرة والتي تؤثر على الحالة النفسـية لـلأم تجعلها مجهدة نفسياً أو مكتئبة او قلقة.

ودور الأب مع أطفاله الحنان والاهتمام من الأب مطلوبان لنفس درجـة أهميتها من جانب الأم.

هناك نوعية من الآباء يعيشون حياتهم الخاصة خـارج المـنزل حيـن ينغمسون في ملذاتهم وشهواتهم ومتعتهم الشخصية.

وبعض الدراسات الجديدة تؤكد ان الحنان يجب ان يكـون مشـتركاً أي ممزوجاً من الأب والأم وان السبب الرئيسي لافتقاد الحنان عنـد الطفـل هـو التعاسة التي تسيطر على البيت بشكل عام فالبيت التعيس لا يستطيع ان يعطـي حناناً حتى ولو حـاول الأب والأم كل على حدة ان يعطي اقصى ما عنـده، لا

يهم ما يعطي كل منهما ولكن المهم هو العطاء المشترك الذي يسعد الأب والأم معاً ويسعد الأطفال أيضاً. أي أن يكون جميع أفراد الأسرة سعداء.

- في حالة غياب أحد الوالدين لسبب من الأسباب وعلى سبيل المثال، الطلاق، هل هذا يؤثر تأثيراً شديداً على نفسية الطفل لحرمانه من الحنان من أحد الوالدين؟

– لا شك ان حنان كل طرف هام وضروري على أن يكون داخل إطار واحد كما قلنا. أما حنان كل منهما ولكن في اتجاه مختلف فله نفس التأثير الضار. ولكن هناك بعض الظروف الاضطرارية التي تؤدي إلى غياب أحد الطرفين. ولا شك ان هذا يحدث تأثيراً سيئاً على نفسية الطفل لافتقاره لحنان الأب أو لحنان الأم، وهنا مسؤولية الطرف الموجود مع الطفل بأن يعطي مزيداً من الاهتمام والحنان. اي بكمية مضاعفة.

وكما قلت فالحنان ليس من خلال التعبير المادي أي بتلبية طلبات الطفل وليس فقط ذلك الوقت الذي نقضيه مع الطفل وليس تدليله وعدم عقابه، ولكن الحنان هو الاشتراك مع الطفل مع اهتماماته ومشاكله فنمنح هذا الاهتمام والمشاركة الفعلية هو أكبر مصدر للحنان.

ولكن ماذا يفعل الأب المشغول دائماً، أو الأم المشغولة دائماً؟ لا شيء يقال الا أن سعادة أطفالنا وسعادة البيت تأتي أولاً، اذا نجح الإنسان خارج منزله اي في عمله وملك العالم كله وخسر بيته وأولاده فالرأي الحكيم بأنه خسر كل شيء، ولنرفع شعار سعادة البيت تأتي أولاً.

((العناية بالأطفال))

العناية بالطفل أمر بالغ الأهمية، والخبرة وحدها لا تكفي، لا بد من إرشادات محددة يقدمها الطبيب المختص لمساعدة الأم وتسهيل مهمتها... بالإضافة الى العناية الصحية، لا بد من الاهتمام بالعناية الضرورية للصحة النفسية وكذلك التوجيه التربوي والمعرفي.

- العناية الصحية ٠٠ والنفسية ٠٠ والتربوية ٠٠ تعطينا الطفل المعافى ٠٠ والنمو السليم.

النظافة

أي اهمال من جانب الأم في مجال العناية بطفلها، يترتب عليه إصابة الطفل بأمراض قد تتفاقم بشكل سيئ، اذا لم يكتشف أمرها، طبعاً ليس هناك من أم تتعمد إهمال طفلها، انما هناك أمهات تنقصهن المعلومات اللازمة عن كيفية الاعتناء بالطفل.

نظافة الأعضاء التناسلية:

يطلب من الأم عندما تقوم بتنظيف طفلها (الذكر) ان تغسل أعضاءه التناسلية بالماء الفاتر والصابون لإزالة الإفرازات الجلدية المتراكمة مع بقايا التعرق. فتراكم الإفرازات قد يحدث تحرشاً في الجلد الرقيق، مما يؤدي الى التهابات ولذلك يستحسن استخدام إسفنجة ناعمة لهذه الغاية.

أما بالنسبة لغسل الطفلة (الأنثى) فهي بحاجة الى عملية تنظيف دقيقة، وعلى الأم أن تأخذ قطعة كبيرة من القطن الطبي، وتبللها ثم تمسح بها جميع الطيات الصغيرة في منطقة الأعضاء التناسلية، ولتكن عملية التنظيف من الأمام الى الخلف دائماً.

((حمام الطفل))

ان مياه الحمام يجب أن تكون فاترة لا حارة جداً ولا باردة جداً، وفي أثناء الحمام على الأم ان تحاول التحدث الى طفلها وتسليته، كما يطلب منها ان تنظف وجهه بقطعة قطن مبللة (بماء الورد الفاتر) وذلك حتى الشهر السادس.

ومن الضروري غسل فم الطفل وتنشيفه جيداً بعد كل وجبة، حتى لا يتعرض جلده للتشقق، اما الصابون الذي يحرق عيني الطفل فيجب تجنبه.

أما بالنسبة الى تنظيف الطفل، خلف الأذنين فيجب تنظيفه كاملاً بعد كل حمام، فالرطوبة والتعرق قد يسببان بعض المتاعب ولذلك يجب أن تمسح بلطف وراء الأذن بقليل من زيت اللوز الحلو.

المحافظة على بشرة الطفل

الجلد يتأثر بجميع أنواع الغذاء، لذلك يجب توفير الغذاء الجيد للطفل، وذلك عن طريق تنويع الوجبات، فالطفل بحاجة الى الكالسيوم، والفيتامينات والأملاح المعدنية والحديد والبروتين، وهذا ما يتوفر في البرتقال، والجزر واللحوم والأسماك والكبد والحليب ومشتقاته، ويجب أن تكون بنسب منسجمة كل ذلك ينعكس على بشرة الطفل، وعلى صحته السليمة.

تقليم الأظافر

هناك بعض الأمهات يتخوفن من جرح أصابع أطفالهن عند قصّ الأظافر، لذلك ينبغي على الأم تنظيف الأظافر مرة كل أسبوعين وليس ضرورياً

ان يكون القصّ مفرطاً، لئلا يتسبب في جرح الأصابع الطرية، ويوجد في الصيدليات مقصات خاصة لأظافر القدمين التي يجب أن تقص قصاً قصيراً.

الاعتناء بالشعر

العناية بالشعر ضرورية، فاستعمال الفرشاة أمر مستحسن شرط أن تكون ناعمة وذات شعيرات مستديرة ويمكن للأم ان تستعمل مقوياً للشعر بعد بلوغه العام الأول، وهو عبارة عن مزيج من زيت الزيتون والماء الفاتر، تخفقان جيداً، ثم تدلك جلدة الرأس بهذا المزيج، وتترك لمدة عشر دقائق، ثم يغسل الشعر جيداً.

أما بالنسبة لقص الشعر يستعمل مقص برأس مستدير حتى لا يعرّض جلدة الرأس لأي أذى أو خدش، وهذا من شأنه يقوي شعر الطفل.

طرق الوقاية لحماية الطفل

هناك بعض النصائح والإرشادات التي يجب ان تتقيد بها الأم، لتجنب طفلها الأمراض وخاصة الصدرية منها، ومن هذه الطرق ما يلي:

- جنبي طفلك النزلات الشعبية بتعويده العيش في الهواء الطلق أطول وقت ممكن.

- عودي الطفل على النوم في غرفة حسنة التهوية ليلاً ونهاراً، دون تعريضه للتيارات الهوائية الرطبة، واحذري الهواء المكيّف في السيارة او في المنزل.

- لا تخرجي الطفل ليلاً، ولا ترتادي الأماكن المزدحمة، واتركيه حر الحركة، لا تعيقيه باللفائف والملابس الضيقة.

- اذا أصيب الطفل بالحصبة، أو السعال الديكي أو الالتهاب الرئـــوي أو الحميّات، احرصي على معالجة تلك المضاعفات الصدرية حتى الشفاء التام.

- لا تهملي علاج الزوائد الأنفية، والتهاب اللوزتين والحلق، سواء كـــان رضيعاً أو طفلاً، لأن ذلك يؤدي إلى تشويه أقفاص الصـــدر، أو يـؤدي إلـــى مضاعفات صدرية أخرى.

- اغلي الحليب دائماً قبل تقديمه للطفل، لأن الحليب غير المغلـــي يحمـــل الميكروب وغيره من الجراثيم المعدية.

- احمي طفلك من طبع القبلات على فمه، فإن جراثيم الأمراض الصدريـة كثيراً ما تنتقل الى الأطفال عن طريق القبلات "المحببة".

- احذري تعريض رأس الطفل لأشعة الشمس، وخصوصاً علـــى شـــاطئ البحر، ويجب تغطية رأسه بقبعة لكي تبعدي عنـــه خطـــر "ضربـــة الشـــمس" ومضاعفاتها.

اضطرابات الأطفال الليليـــة :

- **الاضطرابات البسيطة**

١- الانتفاضات العضلية، هذه الانتفاضات بسيطة وعارضة وتحدث عـــادة خلال فترة النوم العميق، وقد تكون اعنف وأقوى وتحدث في فـــترة التحضـــير للنوم، ويرافقها شعور بالسقوط، مما يجعل الانسان يستيقظ مذعوراً.

٢- الكلام أثناء النوم: بعض الأشخاص قادرون علـــى الاشـــتراك بحديـــث والجواب على أسئلة خلال نومهم، وتكثر بالمقابل حالات الذين يتكلمون خـــلال احلامهم، ويرافق هذه الحالة حركات واضطراب، وقد ينسى الانسان كل ما مرّ

به خلال الليل بعد ان يستيقظ.

٣- طرطقة الأسنان، وهي اضطراب بسيط، تبدأ عادة منذ الطفولة، ويمكـن علاجها بالوسائل النفسية.

٤- الهلوسة: وهي نفسها الهلوسة التي نشعر بها خلال الأحلام، هذه الهلوسة الليلية عبارة عن اضطراب عابر وتأثيرها على النائم محدود ولا تدعـو الـى القلق، فالانسان المعرض لهذه الاضطرابات يكون صاحب شـخصية عصبيـة جداً، وهي ليست مرضاً.

الاضطرابات المهمة:

هذا الاضطرابات أكثر أهمية، من الاضطرابات السابقة، وتحتاج الـى علاج طبي أو نفسي، وهي في معظمها عوارض أو ظواهر خارجية تخفي فـي طياتها اضطرابات داخل العقل الباطني، وهي قابلة للشفاء.

١- **البول أثناء النوم**: هذه الحركة اللاارادية تحدث في فترة النوم العميـق في أول الليـل، مما يؤدي الى الشعور بالبلل أثناء الانتقال الى فترة الأحـلام، هذه الحالة تعتبر طبيعية عند الولد، وذلك قبل تجاوزه عمر الأربـع سـنوات. ويجب عدم اعطائها اية أهمية لو حدثت أيضاً بعد هذا العمر بشكل نادر.

اذا كان الطفـل لم ينم جيداً في الليلة السابقة، فيحاول التعويـض بوسـائل تقصر من فترات اليقظة الطبيعية خلال الليل، وهذا ما يؤدي الى البول أحياناً.

علاج هذه الحالة هو نفسي بحت، حيث يخضع المصاب لجلسات اسـترخاء طويلـة حتى يتم التوصل الى معرفة السبب الرئيسي- واذا دامت هذه الحالـة للطفـل، فقد تكون الاصابة في الجهاز البولي أو اصابة بالسكري.

٢- المشي أثناء النوم: المراهقون والأولاد ابتداءً من عمر السبع سنوات معرضون للاصابة بهذه الحالة، هذه النوبات قد تكون مؤثرة جداً على محيط المصاب بها. وهي تدوم ما بين ثوان عديدة ونصف ساعة. اما صورة المصاب بهذه الحالة فهي الوجه جامد، العينان مفتوحتان، نائم ويتصرف كالإنسان المستيقظ ، وقد تؤدي أحياناً الى خروج المصاب من داخل المنزل الى الخارج.

هذه الحالة ناتجة عن اضطرابات نفسية بسيطة وخصوصاً اذا كانت مرفقة بكوابيس او بول أثناء النوم. تحصل هذه الحالة في فترات النوم العميق، وبعد انتهاء النوبة يعود المصاب الى فراشه ويتابع نومه، وعندما يستيقظ لا يذكر شيئاً مما أصابه.

ولذلك يجب عدم اهمال المصاب بهذه الحالة، وعلى الأهل ان يأخذوا جانب الحذر خوفاً من حصول أي حادث، عليهم بإقفال الأبواب والنوافذ والفتحات المؤدية الى الشرفات. واخفاء الأدوات الحادة والخطرة. كما أنه يستحسن عدم ايقاظ المصاب خلال النوبة، بل التكلم معه بهدوء وارشاده الى سريره. واذا تكررت تلك الحالة فيجب استشارة الطبيب والخضوع للفحوص والعلاج.

٣- الكوابيس: الكابوس لا يعني بالضرورة حلماً مزعجاً كما يعتقد الجميع، لكنه مرتبط بالخوف أثناء الليل. في بداية النوبة يتكلم المصاب، ينفعل يصرخ أو يبكي أحياناً، فتتسارع انفاسه وضربات قلبه، يتسارع نبضه ويرتفع ضغط الدم عنده، النوبة تدوم عدة دقائق ثم يهدأ المصاب، فإما أن يعود الى نومه الطبيعي أو ان يستيقظ، عندها يجب التخفيف عنه حتى يعود الى نومه

الهادئ، لا علاقة للكوابيس بعسر الهضم كما درجت العادة. للكوابيس علاقة فقط بالخوف من الليل أو من الظلام، كما أنها تتعلق بشخصية الانسان النفسية.

أما الاضطرابات النفسية التي قد تؤدي الى هذه الحالات فهي: اضطرابات وتقلبات فترة المراهقة والبلوغ على مختلف الأصعدة وفي شتى المجالات البيولوجية، اذا تكررت الكوابيس المزعجة، لا بد من تدخل الطبيب النفسي لمعرفة أسباب الخوف.

٤- **المبالغة بالنوم:** قد يبالغ انسان ما بالنوم، عندما ينام طويلاً جداً، لكن المبالغة في النوم هي اصابة في حدّ ذاتها تعذب صاحبها، المبالغة العارضة بالنوم ليست مشكلة، انها دلالة على نوم عميق نتيجة ارهاق أو تعب، تحصل بعدها المبالغة في النوم لتعويض الجسم مما خسره في مرحلة التعب والارهاق.

تحدث المبالغة في النوم عادة بعد فترة مرضية أو ارتفاع حرارة الجسم، أو هي واحدة من عوارض بعض الأمراض، كانعدام التوازن في الجهاز الهضمي أو عجم تكافؤ افراز الهرمونات أو المشاكل المتعلقة بالدورة الدموية، وقد تحصل المبالغة في النوم بعد صدمة عاطفية كبيرة، فيلجأ الانسان الى النوم هرباً من التفكير والعذاب العاطفي.

٥- **المبالغة البسيطة في النوم:** هي نوع من النعاس المستمر وخصوصاً بعد مجهود جسدي أو بعد غداء دسم، وتحصل عند الأشخاص الذين تعودوا النوم بعد الطعام، أو تعودوا فترات متقطعة بعد كل مجهود. وغالباً ما يكون نوم هذه الفئة طويلاً.

بالنشويات. ولكن حذار ان يفرط الأطفال في تناول الخبز، لأن هذا من شأنه ان يساعد على السمنة، لا على النمو، نظراً لوجود نسبة ضئيلة فيه من النشويات، ووجود نسبة من السكريات تساوي أربعة أضعاف نسبة النشويات.

واذا كانت النشويات ضرورية لنمو الطفل فإن الأملاح المعدنية المتوافرة في بعض المأكل لا تقل عنها أهمية، ولا سيما الكالسيوم والفوسفور.

فالكالسيوم هو الغذاء الأساسي للهيكل العظمي، وهو الذي يتيح للعظام أن تنمو وتطول يوماً بعد يوم، أما الفوسفور فهو العنصر المكمل للكالسيوم، والغذاء الذي فيه أفضل نسبة من الفوسفور والكالسيوم هو الحليب.

من الضروري جداً ان يتناول الطفل الحليب يومياً، واذا كان لا يستطيع ان يتناوله، فيمكن الاستعاضة عنه بالجبنة، أو اللبن.

وتجدر الاشارة الى أن المانيزيوم هو الآخر يساعد على نمو الطفل، ويوجد بنسبة كبيرة في البلح، ويستحسن ان يعطى الطفل من "مربى البلح" على الأقل مرتين في الاسبوع.

وتجدر الاشارة كذلك الى أن الفيتامينات هي الأخرى تلعب دوراً أساسياً في نمو الأطفال ولا سيما فيتامين (أ) الذي يطلق عليه "فيتامين النمو" وقد اجريت عدة تجارب عديدة على الفئران،وتبين أن الفئران التي لم تعط فيتامين (أ) بقيت صغيرة، أما التي أعطيت هذا الفيتامين كبرت بنسبة الضعفين، ويعتبر الجزر أكثر الأغذية التي تحتوي على هذا الفيتامين، ويستحسن ان يتناول منه الطفل، بشكل عصير، مرتين أو ثلاثاً في الاسبوع.

واذا كان فيتامين (أ) ضرورياً لنمو الأطفال فإن فيتامين (د) هو الآخر ضروري، شانه شأن الفوسفور، ويتوفر هذا الفيتامين بصورة خاصة في الكاكاو واشعة الشمس، ولذلك نرى الأطفال يكبرون في الصيف أكثر منه في الشتاء.

((مشاكل النوم عند الأطفال))

لماذا طفلي لا يريد ان ينام طوال الليل، لماذا يطلب مني دائماً ان أحمله وأهدهده وأداعبه حتى اذا تركته لحظة فوق السرير لارتاح، عاد يصرخ من جديد بلا هوادة؟

ما المشكلة هنا؟ ولماذا يلجأ الأطفال جميعاً الى هذه الطريقة، لقد اجريت دراسات حول هذه الناحية من سلوك الأطفال تبين لهم معها أن للطفل دورات محددة من النوم الخفيف والنوم العميق أثناء الليل وخلال الأشهر القليلة الأولى من العمر تكون فترات النوم العميق الخفيف أو الأحلام حتى اذا ما بلغ الطفل شهره الرابع اخذت تلك الفترات تستقر حسب شكل محدد. والدورة عادة تستمر من ثلاث الى اربع ساعات، وفي منتصف الدورة هنالك ساعة الى ساعة ونصف من النوم العميق التي تقل فيها حركة الطفل ويصعب تنبيهه منها بأية وسيلة. وعلى مدى ساعة واحدة على جانبي هذه الفترة هنالك فترتان من النوم الخفيف والأحلام التي يأتي فيها النشاط ويذهب. وفي نهاية كل فترة من فترات الدورة التي تستمر أربع ساعات يصبح الطفل في حالة شبيهة باليقظة قريباً من الوعي ويصبح ايقاظه سهلاً، في هذه الأوقات يكون لدى كل طفل شكله الخاص من أشكال النشاط، قد يمص اصبعه أو يلجأ الى الصراخ او ضرب رأسه بالجدار أو بسلم السرير حسب ايقاع رتيب، ان هذا السلوك يجعله يؤدي وظيفة هامة وهي تفريغ الطاقة التي يكون قد اختزنها طوال اليوم تمهيداً للانتقال الى الدورة التالية من دورات النوم، وعندما يصبح الطفل قادراً بجهده الخاص على ترتيب هذه الفترات القريبة من الصحو تصبح دورات النوم أكثر استقراراً ويصبح بمقدور الطفل ان يمدها الى دورات أطول وعندها يمكن أن يظل مستغرقاً في النوم ثماني ساعات بل

واثنتي عشرة ساعة دفعة واحدة.

على أن معظم مشاكل النوم عند الطفل يحدث بين السنة الأولى والسنة السادسة من العمر وهنالك عدة أسباب لذلك:

فأشكال النوم تتبدل روائياً كما أن هناك فروقاً فردية بين حاجات الأطفال وفي هذه السن تبدأ مشاكل الرعب أثناء النوم والسير اللاواعي ليلاً.

ان الخصومات بين الآباء والأطفال تبدأ عندما يحاول الوالدان إرغام طفل مكتمل الصحو على النمو فالنوم ليس شيئاً يحاول الإنسان ان يقوم به أو يقدر عليه، فالانسان قد يكون في لحظة من اللحظات مستيقظاً وفي اللحظة التالية يكون مستغرقاً في النوم وعلى الوالدين بدلاً من إرغام الطفل على النوم ان يهيئا الظروف الملائمة التي تجعله في حاجة الى النوم بحيث يمضي إليه راضياً.

كيف تواجه مشاكل النوم؟ تضع الأم رضيعها في مهده ولكنه يظل يصرخ فما الذي ينبغي ان تفعله؟ عليها أن تستجيب على الفور والا تترك الطفل يصرخ حتى تتحطم أعصابها فلا تعود تقوى على بكائه لتراجع في مخيلتها كل الأمور التي قد تكون بسبباً في بكاء الطفل كوجود دبوس مفتوح في ثيابه أو بلل مناشفه، أو مغص فإذا فتشت الأم عن كل الأسباب التي تتخيلها وتبين لها ان الطفل لا يعاني أياً منها فلتتركه يصرخ كيف يشاء اما اذا اهملته من اللحظة الأولى دون أن تحاول أن تتبين على شكواه ثم اضطرت الى الاستجابة في نهاية الأمر واخذت تفتش عن علة الصراخ فإن الصغير سيتعلم ان كثرة الصراخ وسيلة مضمونة لدعوة الأم.

الخوف: مخاوف الأطفال أثناء النوم تزداد في السنة التي تسبق ذهابه الى المدرسة وكثيراً ما تظهر المخاوف بشكل أحلام عن الوحوش أو الظلام،

والصغير المصاب بهذه المشكلة يرهب النوم تحسباً لمن ينتظره من مشاهد مخيفة، فدماغ الطفل في هذه السن سريع التطور وجهازه العصبي واقع تحت ضغط مستمر كي يتلقن كل جديد، فإذا سمعت طفلك يصرخ بأنه خائف اذهبي اليه واسأليه عن السبب فإذا قال ان هناك تمساحاً ما تحت السرير فأجيبيه حسناً، دعنا نبحث عنه وتشرعان في البحث معاً اذا واجه الانسان الخوف فإنه يستطيع القضاء عليه ولكن على الوالدين ان يحذرا الوقوع فريسة تلاعب الطفل.

عندما يعرف الطفل الموت يأخذ في الخوف من النوم لأنهما شبيهان وعندما كان الكاتب السوفيتي الكبير فيودور دوستويفسكي في الخامسة من عمره كان يضع رقعة على وسادته مكتوباً عليها: أنا لم أمت، بل انا نائم الرجاء ان تنتظروا خمسة ايام قبل أن تدفنوني" على الوالدين ان يؤكدا للطفل ان النوم والموت ليسا شيئاً واحداً فإذا عولجت المشكلة بهذه الطريقة وجدت انها قد ذهبت من تلقاء نفسها.

الكوابيس: اذا أخذ صغيرك يصرخ ليلاً وأدركت انه مصاب بكابوس أو حلم مزعج احرصي على ألا توقظيه لأنك اذا ايقظته من حلمه المزعج فإنك انما تهيئين له فرصة تذكر الحلم، اما اذا استمر في النوم بدون ان توقظيه فإنه لا يذكر الكابوس في الصباح بعد انقضاء وقت عليه. اما اذا استيقظ الطفل مذعوراً من تلقاء نفسه فكوني الى جانبه وواسيه واكدي له ان الأمر ليس أكثر من حلم كريه.

الرعب الليلي: وهذا يختلف عن الكابوس والرعب الليلي ينشأ عن تأخر في نضوج الجملة العصبية وهو يحدث أثناء مراحل النوم العميق وعندها يستيقظ الطفل من نومه مرعوباً خائفاً ويأخذ في الصياح وترتفع نبضات قلبه

ويسرع تنفسه ويشعر كأن الموت يحاول خطفه ويحس بشيء يضغط على صدره ويكاد يمنع أنفاسه، وفي العادة لا يذكر الطفل المصاب بالرعب الليلي سوى صورة مخيفة واحدة. ان اشاعة الطمأنينة في نفس الطفل كافيان لتهدئة مخاوفه.

المشي أثناء النوم: ان حوادث المشي أثناء النوم تختلف مدتها بين أسرة وأسرة، فهي قد تستمر بين نصف دقيقة وبضع دقائق، السائر دائماً لا يعي ما حوله ابداً ولو أن العينين قد تكونان مفتوحتين تماماً وتكون الحركات المتوترة مكرورة، فإذا خاطب احدهم الطفل وهو في مثل هذه الحالة فقد يجيب أجوبة غير واضحة وكأنه منزعج او مشغول وبعد أن يصحو الطفل من نومه لا يعود يذكر شيئاً عن الحادثة، ولم يتمكن علماء النفس بعد من تسجيل أي خلل عاطفي وراء هذه العادة والأطفال عادة يتخلصون من هذه الحالة بعد تقدمهم في العمر، وكل ما يستطيع الوالدان عمله هو مراقبة الطفل أثناء السير مراقبة دقيقة لئلا يؤذي نفسه وعليهما إقفال الباب الخارجي للبيت إقفالاً محكماً.

سلس البول: وهذا اكثر مشاكل النوم شيوعاً، وهو عادة يحدث خلال الثلث الأول من الليل، هناك نوعان من السلس البولي بدائي وثانوي والنوع البدائي متوارث في العادة وعلاج هذا النوع يكمن في طمأنة الطفل، اما النوع الثانوي فأسبابه تختلف ويجب أن يحاول الوالدان التعرف عليها فإذا نظف الطفل مدة طويلة ثم عاد الى تبليل فراشه ليلاً فقد يكون لزاماً اجراء فحوص طبية عليه وهناك تدريب على المثانة يمكن أن يساعد الطفل على التحكم بها. ان الانتقال من أمن المهد الى حرية الفراش شيء هام في حياة وبإمكان الوالدين تسهيل عملية الانتقال هذه الأساليب شتى كمرافقة الطفل الى السوق لشراء أغطية سريره.

((رياضة الطفل))

قديماً عندما كان أجدادنا يعيشون في الريف أو البادية، كانوا يتحدثون عن قوة أجسامهم ومناعتهم ضد الأمراض، وعند تحليل هذه الظاهرة نكتشف ان أطفالهم كانوا يأخذون حظهم من الهواء النقي المفيد في تقوية الرئتين ونقاء الدم وكان يأخذون حاجتهم من أشعة الشمس التي كانت تكسب عظامهم قوة ومتانة، فهل يأخذ أطفالنا اليوم حظهم من الهواء النقي وأشع الشمس الدافئة؟

الجواب تعرفه الأسر التي كتب عليها ان تعيش في علب الاسمنت التي تملأ المدينة، وتحرم أطفالها من النمو السليم في أحضان الطبيعة!

يساعد الهواء النقي على تقوية رئتي الطفل ونقاء دمه، بينما تزيد أشعة الشمس بما تحتويه من الأشعة فوق البنفسجية جسم الطفل مناعة وتكسب عظامه متانة وقوة.

وفي خروج الطفل من المنزل خير تعويد له عل تقلبات الجو، فيكسب جسمه القوة على احتمال البرد ولنا في الأطفال الذين يلعبون على شواطئ البحار خير دليل على ما للهواء النقي وأشعة الشمس من التأثير النافع في صحتهم.

خروج الطفل

يسمح للطفل بالخروج بعد ولادته بأسبوع في فصل الصيف وبعد نحو شهر في فصل الشتاء وخير وقت لخروج الطفل في الشتاء هو وسط النهار بين الساعة العاشرة صباحاً والثالثة بعد الظهر اما في فصل الصيف حيث الشمس شديدة الحرارة، فيكون الخروج في الصباح والعصر. ومن الواجب ان

يخرج الطفل للتنزه يومياً على أن يكون وقت الخروج في أول الأمر قصيراً، مدة نصف ساعة مثلاً ثم يزداد الوقت تدريجياً، ولا تزيد مدة التنزه في الأطفال الرضع عن ثلاث ساعات وهي الفترة بين رضاعة وأخرى.

أما في الأطفال الكبار فتكون أطول من ذلك ويحسن ان يذهب الطفل الصغير الى حديقة التنزه في عربته اما بعد السنة الخامسة فيمكنه ان يمشي في صحبة والدته أو مربيته من المنزل الى الحديقة اذا كانت المسافة قريبة.

الاحتياجات عند الخروج

على الأم عند خروج طفلها ان تلاحظ ما يأتي:

١- انتقاء الملابس الملائمة لحالة الجو ففي فصل الشتاء تكون الملابس ثقيلة، اما في فصل الصيف فتكون الملابس خفيفة.

٢- تغطية وجه طفلها بغطاء يقيه التراب والذباب.

٣- أخذ غيارين من ملابس الطفل حتى يمكنها من تغيير الملابس المتسخة اذا لزم الأمر.

٤- اذا كانت الأم أو المربية ستحمل الطفل فيجب أن تأخذ معها مظلة "شمسية" لتحمي الطفل بها من حرارة الشمس الشديدة في الصيف ومن المطر في الشتاء.

٥- يجب على الأم أو المربية ان تحذر اعطاء الطفل أي اكل من الباعة المتجولين الذين يكثر وجودهم عادة حول متنزهات الأطفال لتلوث هذه المأكولات بجراثيم خطرة، ويجدر بها ان تأخذ معها مأكولات خفيفة البسكويت أو بعض الفاكهة. وذلك اذا كان الطفل مفطوماً، اما في سن الرضاعة فلا يعطي الطفل شيئاً مطلقاً؟

العربــــة

يحسن استعمال عربة لنقل الطفــل، اذ ان حمله يعيق تنفســـه وحركتــه ويؤدي الى الضغط على جسمه خاصة اذا كان الطفل ثقيلاً، فإن حمــل الطفــل يضايقه ويؤدي الى ارهاق وتعب المــربية أو الأم "ويجب عند شـــراء عربــة الطفل ملاحظة ما يأتي:

١- أن يكون لها غطاء جلد يمكن نشره وطيــه ليحمــي الطفــل مــن المؤثرات الجوية كالريح وأشعة الشمس والأمطار.

٢- ان تكون العربة مرتفعة حتى يكون وجه الطفل بعيداً عن الـــتراب الذي يتصاعد من الشارع وأثناء السير.

٣- ألا تكون جوانب العربة عاليــة حتى لا تمنع وصول الهواء النقــي الى الطفل.

٤- أن يكون صندوق العربة مرتكزاً على أربع عجلات ذات إطـــارات من الكاوشوك حتى تقلل من وصول الصدمات الناشئة من منخفضــات الطريق الى جسم الطفل..

٥- يفضل ان تكون العربة ذات مقعديـــن متقـــابلين، وبينـــهما مكـــان منخفض لوضع القربة أو الزجاجة المحتوية على الماء الساخن.

ومن الواجب عند استعمال العربة ملاحظة الأمور التالية:

أولا : يجب الإقلال من رفع الغطاء في حالات المطر او الريح الشـــديدة واذا اضطرت المربية الى رفع الغطاء يحسن بها تجنب الســـير تحــت أشــعة الشمس ما أمكن.

ثانياً: يجب أن يرقد الطفل في العربة بحيث يكون وجهه مقـــابل لوجـــه المربية التي تدفع العربة بيدها حتى يكون دائماً تحت ملاحظتها.

ثالثاً: يجب الحذر عند إنزال العربة من الرصيف الى الشـــــارع بحيـث يكون ذلك بهواده، حتى لا يكون انحدار العربة كبير فينقلـب الطفـــل داخـل العربة أو خارجها فيصاب بأضرار بليغة نتيجة ذلك.

الاحتياطات في الحديقة

اما في الحديقة فيجب اتخاذ الاحتياطات التالية:

١- يجب أن تمنع الأم او المربية الطفل من اللعب مــــع غـيره مـن الأطفال فكثيراً ما يكون أحد الأطفال مصاباً بمرض مـا كـالأنفلونزا أو السعال الديكي، فينقل المرض الى غيره من الأطفال الأصحاء.

٢- يجب أن تراقب الأم أو المربية وهو يلعب حتى لا يصاب بضـــرر كأن يلعب في التراب ثم يدعك عينيه.

((ألف باء مشاكل الطفولة))

لا يسلم الطفل من مشاكل في تصرفه وسلوكه فــهو مــن وقــت لوقــت يتصرف بطرق تورث الغم والهم والكآبة.

ويذهل الأبوانّ لمـا يريانه ويلاحظانه، بعض الأطفـــال يفرطـون فـي الحياء، أو الخوف، أو العدوان، او الفوضى، أو القذارة وقلة الترتيب، بعضـــهم يغلب عليهم الحزن أو التوحش، بعضهم يكذب، أو يسرق أو يتصـــرف بشـكل يقلق الآباء والأمهات ويصدمهم، وهناك أطفال لهم مشاكل صحية بدنيـة فـرط البدانة، أو التبليل في الفراش مثلاً، وهنا يكون للعوامل العاطفية دور.

وفي خلال ذلك تنهال المعلومات عن مشاكل الأطفال النفسـيـة، ويكـثر استعمال مصطلحات "فرط الحركة" و"التقصير في التعلم والحفظ" ويعجل بعـض الآباء والأمهات دون ترو الى وصم صغارهم بشيء من هذه العيوب حتى لـو كانوا أبرياء منها سالمين من آفاتها.

ومساعدة منا للآباء والأمهات على تصنيف هذه الصفات وتفهمها تفـهماً كاملاً رأينا ان نزودهم بقـاموس يتضمن أكثر المشاكل المسـلكية والعاطفيـة شيوعاً وانتشاراً ومن غير الممكن سرد جميع المعلومات التي يعرفها الأطبـاء ولكن فيه توضيح لمعاني المشاكل التي يشكو منها أطفالهم، منها ما في وسـعهم تصحيحها بأنفسهم،ومنها ما تحتاج الى الاستعانة بالمتخصصين في هذا الحقل.

العدوانيـة

يبـدو من جميع الأطفال في وقت من الأوقات عمل عدواني، وليس فـي هذا ما يقلق الأبوين ويملأ قلبيهما هماً، ولو أظهر طفلهما عدوانية بـالضرب أو الركل (فقـد يحتاج الطفل الى زجر وعقاب) بيد أن بعض الأطفال المسـرفين في نشاطهم وانـدفاعهم لا يستطيعون كبت مشاعرهم ولجـم حيويتـهم، فـهم يفقدون السيطرة ويتصرفون بعدوانية، هؤلاء لا يفيدهم العقاب في شـيء بـل الأفضل ان تفهم السبب الذي تولد منه الحادث وان كـانت الأم متيقظـة فإنـها تتدخل قبل فقدان الطفل لسيطرته.

وفي الوقت نفسه يجدر بـالأبوين ان ينتبـها لتصرفاتـهما ولمواقفـهما، فبعضهم يشجعون الطفل على احراز الرجولة، ويباركون الطفل اذا أبدى قـدرة على القتال، واذا تماديا في تشجيعه فإن من شأن هذا ان يضاعف مـن عنفـه والتصرف العدواني المتواصل حتى تقدم الطفل في العمر ولازمته تلك الـروح

العدوانية فإن عادته تكون مستمدة من عارض مستوطن بين الأسرة، او تكـــون خللاً نفسياً، واذا كان تصرفه مترافــقاً مع نزعة انتهاك حقوق الغــــير، ربمـــا سرقه أشياء الأطفال الآخرين، وهنا يحتاج الطفل الى المعاينة المستمرة لتقديـــر نسبة ما قد يتعرض له في المستقبل القريب من اغراض تكون له نتــائج ســيئة تؤثر في حياته بل وتدفع حياته بوسم لا تمحوه الأيام.

القلـــق

قد يقلق الصغير تجاوباً مع توتر نفسي معين توقعات لا تتحقق، مشـــاكل عائلية، ضغط مفرط في المنزل أو في المدرسة، مثل هـــذه الحـــالات تتطلـــب تصحيحاً للوضع المتسبب عن الضغوط المختلفة بيد أن بعض الصغـــار يكـــون قلقهم مزمناً، فلا يفكرون يظهرون الاضطراب، فهم دائبون على التساؤل عمـــا يمكن ان يقع ويكون له أثر مضر بهم، ويكثرون من التحسب لما يأتي به الغـــد. او يفكرون خائفين بصحتهم (أو بصحة ذويهم)، أو تنشأ فيهم اعـــراض بدنيـــة كجفاف الفم والصداع، أو رفرفة القلب، والطـــفل القلق باستمرار يكـــون فـــي العادة مميزاً، مبالاً الى الاتقان، والابداع لا يصده شيء عن انتقاد نفســـه، وقـــد تعوزه العناية المتخصصة، ولا يغيب عنك ان الصغيـــر القلق، أبـــواه يعانيـــان القلق أيضاً، وهما يحتاجان مثله الى العناية المتخصصة.

كـــلام بـــذيء

يقوم معظم الأولاد بالتفوه بكلمات الشتيمة. ومع أن الأبوين يمتنعان عـــن ذلك ويكتئبـــان، الا ان الكلام غير اللائق هذا لا يعتبر مشكلة وعندمـــا يلفـــظ طفلك كلمة مقنعة من اربعة احرف لا تعتبري هذا حديثـــا مزعجـــاً ولكـــن لا تتجاهليه ايضاً قولي له بصراحة " ان هذه الألفاظ لا نســـمح بـــها فـــي بيتنـــا"

(والجدير بنا ان نتـذكر ان الصغار يقلدون أبويهم فإن كانت ألفاظكمـا غـير مهذبة فلا تنسيا ابنكما سوف يحذو حذوكما).

مشاكل النوم

إذا امتنـع الطفل عن احتلال فراشه في الليل فقد تكون ايقاعـات نومـه غير رتيبة فهو لا يشعر بالنعاس في وقت معين كل ليلة. ولك الحـق بتحديـد ساعة النوم ولكن يجب أن لا ترغميه على النوم، اسمحي له بالقراءة او اللعـب في فراشه الى ان يداعب الكرة الخفيفة.

كثير من الصغار يستيقظون في هزيع من الليل ويحاولون الانتقال الـى فراش أبويهم، فإذا كان الخوف سبب محاولة الصغـار، أو كان قـد تعـرض لأحلام مزعجة، خففي عنه بحديث لطيف مقنع، ولكن ارجعيـه الـى فراشـه، وافرضي عليه ملازمته، أحياناً يكون نومه معكما مواتياً وسهلاً، ولكـن متـى انقلبت المحاولة الى عادة يصعب تخليصه منها مهما فعلت.

التبليل في الفراش

ثمة نوعان من التبليل في الفراش، فالمبلل الأساسي طفل صغير لم يتعلـم قط ضبط مثانته في الليل، والمبلل الثانوي هو طفل لم يكن التبليل عـادة فيـه، ولكنه فجأة يبدأ التبليل بعد حادث ضار، أو وضع ضاغط (مشـاكل عائليـة أو مدرسية، أو مجيء طفل جديد) في كلا الحالتين لا توبخي الصغير أو تعاقبيـه، لأنك بذلك تعقدين المشكلة وتضيفين إليها . للمبلل الأساسي برامج مسلكية تعلـم الصغير التحكم بنفسه . ولا بأس من الاستعانة بطبيب الأطفال فقد تجدين عنـده الحل الملائم، ولكن اعلمي ان الاطفال لا يبدؤون في التحكم بمثاناتهم في وقـت واحـد وسن واحدة، فإذا تأخر ابنك عن غيره ، فلا تبالي فهو لن يلبث ان يقلع

عن عادته.

أما المبلل الثانوي فأفضل طريقة تحلين بها المشكلة هــي باكتشــاف مــا يعانيه من ضغوط، ولكن اذا طال الآمر، وبخاصة اذا رافقته أغراض أخـــرى، فمشكلته تكون اعظم مما تتصورين وبالتالي فإنـــه يحتــاج الـــى المزيــد مـــن المساعدة.

التحدي والاستخفاف

التحدي موقف يتخذه جميع الصغار في وقت من الأوقات، وأكثر الآبـــاء والأمهات يعلمون كيف يعالجون مشكلة التحـــدي، كمــا أن العنــاد والمقاومـــة والتصرف المعارض موقف يلجأ اليه الأطفال وهم فـــي الســنة الثانيـــة مـــن أعمارهم، ولهذه يطلق عليها اسم السنتين الفظيعتين، انها مرحلة عـــابرة، امــا التحدي المتواصل فهو غالباً ما يكون نتيجة حالة غير سوية في المنزل، ولكـــن ان ساد الهدوء المنزل، واتفق الأهلون وتهادنوا، فالحالة تكون هياجــاً عصبيــاً مزاجياً، فالطفل قوي الارادة بطبعه، وعلى الأم ان لا تشتبك معه فـــي عـــراك كلامي لا طائل تحته، فذلك يزيد من سوء الحال، ويقلقك لتصبحي في مســـتوى واحد معه، حاولي ان ترسمي له قوانين واضحة لتصرفاته، واصري عليـــه أن يخضع لها، وهذا عظيم الأهمية متى كانت سلامته تعتمد على هدوئه واستقراره، والطفل الأكبر سناً الذي يتمادى في عناده وتحديه سواء في البيت أو المدرســـة يكون متعرضاً الى مشكلة اعمق، وبالتالي لا منـــاص مـــن توفـــير المســاعدة المتخصصة له.

الكآبـــة:

الطفـــل يتـــألم من الكآبة كالبالـــغ سن الرشد وكالمتقدم في العمـــــر،

والأعراض الأولى التي تنشأ عنها هي قلة النوم وبخاصة الاستيقاظ من الصباح الباكر ثم تأتي اعراض عن نشاطات كان الطفل يحبـــها ويتمتـــع بمزاولتـــها، والابتعاد عن الناس، والحزن، وحتى التفكيـــر بالموت(ولكن الانتحار قلّما يقــدم عليه الطفل، وهو قليل أيضاً بين الأحداث). فــإذا اتضحت هذه الكآبـــة، فعلـــى الوالدين أن يستشيرا الطبيب بشأنها لأنها مشكلـــة غير عصيبة على العلاج.

بعض الأطفال يظهرون الوفاء والرزانة من نعومـــــة اظـــافرهم فـــهذه طبيعتهم ومن الصعب ابدال تقطيبهم بابتسامة، فلا يجوز خلـــط هاتين العـــادتين مع الكآبة، كما لا يجوز اعتباره حزناً عابراً مرضاً كالكآبة، فللحزن هذا ســـبب كمرض موت عزيز على قلبه، ومتى اختار الموت احد اعضاء الأســـــرة فـــلا تمنعي طفلك من المشاركة في العزاء والحداد، شـــجعيه علـــى التعبـــير عـــن مشاعره.

مشاكـــل الأكـــل

إذا امتنع الطفل عن الطعام فمعنى ذلك انه لا يشعر بالجوع، ويكون هـــذا أحياناً لتعكر المزاج فيتمرد على النظام المتبع كل يوم، وهذا أمـــــر لا يســـتحق الالتفات، لأنه سيجوع وسيأكل (ضعي في البراد طعاماً جاهـــزاً يأكلـــــه متـــى شاء).

وبعض الأطفال يختارون ويفضلون، وقد يثورون لأن الطعام حـــــار، أو لأنه غير طيب، ويصر الطفل على لون دون أخر، حتى لو لم يكن هناك فـــرق يذكر، وهذا يضايق الأبوين ويؤلمهما، ولكنه أمر لا يتعمده الطفـــل، انه راجـــع الى المـــــزاج ايضاً ومثل هذا الطفل اكثر حساسية في سواه، يشـــعر بـــالفرق حتى لو لم يشعر به الكبار، فابذلي جهدك لترضيه وترضي نزواته.

الخـــوف

الخوف من الظلام، ومن اللصوص، ومن الرعود، هو خوف شائع بيـــن الأطفال الذين لم يلتحقوا بعد بالمدارس، أكدي للطفل سلامته دون ان تخوضـــي بإسراف في مخاوفه، فإن كان يخاف الظلام مثلاً وفري له ضوءاً لليل، فمثـــل هذه المخاوف تكون في العادة عابرة لا تلبث ان تتلاشى.

أما اذا كان خوفاً هلعاً فحاسبي نفسك، هل تنقلي مخاوفك اليـــه. وهنـــاك ظروف وأحوال تبعث الخوف في القلب، ومن الحكمة مثـــلاً ان تحذريـــه مـــن الأغراب الذي يظهرون الصداقة والود، والطفل القلق خواف بطبعه وطبيعته.

ويصاب بعض الأطفال بالرهبة، خوف شديد من شيء قريب منـــه (مـــن الكلاب مثلاً)، أو من حـــادث مفاجئ (كتعطل المصعد) ويكون الخوف هـــائلاً تنجم عنه اعراض بدنية، والرهاب مرض يعالج بأســـلوب يســـمى "إضعـــاف الحساسية الجهازي" وبه يرضى الطفل خطوة خطوة على التعامل مـــع الشـــيء الذي ينشر الخوف في قلبه.

نشاط على نحو مفرط

سخوا في استعمال هذا الاصطلاح حتى وقعـــوا فـــي الخطـــأ الجســـيم، فعوضاً عن الاكتفاء ببعد واحد له في تصرف الطفل أعطوه معـــاني أخـــرى، واستعملوه في تشخيصهم لحالات كثيرة مما أربـــك الأهـــل وجعلـــهم يظنـــون الظنون، وينظرون الى طفلهم نظرهم الى انسان فيه شذوذ أو يعاني من عاهـــة، فالطفل قد يكون عظيم النشاط في أمر ومعتدل في أمـــر ثان، وقليلة فـــي أمـــر ثالث، ولا شك أن الساعات المختلفة من النهار، ومزاج الطفل، والطريقة التـــي تعامل بها تؤثر في مستوى نشاطه، اذن متى يكون فرط النشاط مشكلة تقتضـــي

المعالجة ؟ اذا كان الصغير يتعلم في المدرسة ولا يستقر ولا يهدأ، ويظهر اعراضاً اخرى كالاندفاع، والتهور، وقلة الاهتمام، والتصرف غير السوي في المدرسة فينبغي تقييم حالته، فالتشخيص الذي يظهر قلة الانتباه مع فرط النشاط، وهذا يلم بثلاثة بالمائة من الصغار(معظمهم صبيان) يستطيع الطبيب المتخصص أن يعالجه بنجاح. أصدقاء وهميون واسعوا الخيال يبتدعون الأصدقاء ويقصون على ذويهم ما فعلوه معاً وما قالوه وأحياناً تكون هذه البدعة مرشداً الى مشاعر الطفل الحقيقية، فإذا قال لك ان "خالد" لا يحب ركوب السيارة، أو ان "سمر" لا تريد زيارة عمتها ، فلا يصعب عليك معرفة ماذا يعني، ويختفي حديثه عن الأصدقاء مع مرور الزمن.

ولكن هذا يجعل الأبوين يجارون طفلهم في لعبته وكأنهم يعتقدون ان الأصدقاء موجودون فعلاً، وهذا لا يؤذي ان جرى بروح مرحة فرحة، ولكن ان تمادى الطفل في حديثه، وأنفق جميع وقته في التحدث عن أصدقائه الوهميين، غافلاً عن زملائه. وأقرانه في المدرسة، فمعنى ذلك انه قليل الأصدقاء، أو انه منعزل عنهم، لذا يجب مساعدته لعقد صداقات مع من في عمره. لأن الصغير الذي ينسحب الى دنيا الخيال يحتاج ولا غرو الى مساعدة.

قلة الثقة :

معظم الأطفال ينتقدون أنفسهم في مناسبات ولكن الطفل الذي يردد دائماً: "أنا رديء" أو "الا أحسنت عملاً" يكون قليل الثقة بصورته الحقيقية (والطفل الذي يغش ويخدع في لعبته يكون هو الآخر مشوه الصورة) ، أحيانا تكون قلة الثقة من إسراف الأهل في المطالبة بالعمل الحسن المتقن، والطفل الذي يشكو

من مشاكل تعليمية، وبخاصة اذا القى نفسه في وسط مدرسي غير ملائم يترض لتشوه الصورة، والأولاد الذين يعاكسهم الغير ويعيرونهم بالبدانة مثلاً أو بتبليل الفراش يتعرضون كذلك الى الاستخفاف بذاتهم واعتبار انفسهم اقل مكانة ومقدرة من سواهم، وكثيراً ما يستطيع هؤلاء كسب الثقة متى تم تصحيح الوضع المؤدي الى هذه المشكلة، اما اذا كانت الصورة المشوهة لنفسه راسخة فيه متشبثة بأفكاره، فإنها تصبح علة ينجم عنها القصور والتخلف، وعلى الطبيب النفسي ان يبدل رأي هذا الطفل بمقدرته وذكائه ومستواه العقلي.

عسر التعلم

هذا الاصطلاح يغالى في استعماله، ويقع الخطأ في تطبيقه، انه وصحته لا يستحقها الطفل في أغلب الأحيان، فالطفل الحائز على ذكاء طبيعي قد يصادف المصاعب في التعلم والأسباب متعددة. قد يكون سمعة ثقيلاً، قد يكون نظره ضعيفاً، قد تكون مصاعبه ناجمة من أمور عاطفية، والبعض منهم يعوقهم قلقهم عن التعلم، كما أن البعض يكون بطيئاً عن تطوره، فالتطور تختلف سرعته بين فرد وفرد اما عسر التعلم الحقيقي فيتضح متى عانى الطفل صعوبة عقلية في معالجة المعلومات واذا قال لك معلم تحترمه ان ابنك يعاني من مشكلة في التعلم، فخير ما نفعله من أجله هو اخذه الى اختصاصي يستطيع تقويم طبيعة وخطورة المشكلة (ان كان هناك مشكلة) ويعرف طرق معالجتها.

الكذب

يكذب الصغير لسبب معلوم هو التنصل من عمل قام به، فإذا حطم مزهرية مثلاً فإن انكاره يبدو له تخلصاً عملياً من مأزق، فإن كنت متيقنة من أنه الفاعل قولي له ذلك وطالبيه بالانتباه والحذر، لا تثيري ضجة كبيرة لأنه

كذب، فالطفل الواسع الخيال ينسج القصص من خياله، ويزعم لأمه أن جسماً عجيباً أخضر اللون قد عبث بحجرته وأشاع فيها الفوضى، بيد ان الطفل متى ترعرع وترعرع معه كذبه، فمشكلته تكون كبيرة، وهمه في المستقبل اكبر ان لم تبادري مع ابيه الى تقويم الاعوجاج بالوسائل المتوفرة من طبية ونفسية.

الكابوس

الكابوس الذي يلمّ بالإنسان أحياناً ليس بذي بال، ومعظم الصغار يتعرضون للكوابس وغالباً ما يكون رد فعل لحدث مريع، ولكنه في حالات كثيرة لا يكون له سبب. طمئني طفلك ان اليقظة الكابوس، وعودي به الى غرفته بعد ان تزيلي خوفه، الا ان الكابوس قد يشير الى مشكلة اشد عمقاً، وخاصة اذا كان الصغير خائفاً وقلقاً، ولا بد هنا من اللجوء الى أخصائي ذي خبرة.

ثم هناك السرعة (المشي في النوم) وأهوال الليل، وفيها يضج الصغير ويصرح، ولكن لا يستفيق بسهولة، وهذا على الأرجح سببه موجة دماغية شاذة ويجب في هذه الحالات الاستعانة بطبيب نفسي متخصص.

السمنة

من السهل معالجة الطفل الصغير متى كان مفرط السمنة، وطبيب الأطفال قادر على مساعدتك، والعديد من الأولاد في المدارس يكتنزون قليلاً، ولكنهم يفتقرون الأصناف هذه في سن المراهقة، والأم تستطيع فرض حمية على الطفل البدين تقل فيها المواد الغنية بالشحم والدهن، ولا توبخي الطفل ان لم يتقبل الحمية، وأنبهك الى أمر أخطر شأناً هو الدعاية المشربة بالتهكم. اياك والتهكم على ابنتك السمينة، فهذا ينشئ فيها عقدة أو يضيف الى العقدة التي

تكونت في المدرسة بسبب سخرية التلامذة وهزئهم.

وعلى الأبوين ان يعيرا الأمر اعظم اهتمام ان علماً ان السمنة ساهمت فيها عناصر وعوامل عاطفية وكل صغير يؤثر الوحدة قد يزداد وزنه لقلة ما يؤديه من حركات وألعاب رياضية، فمثل هذا الصغير يحتاج الى مساعدة ولا ينبغي للأبوين ان يغضا الطرف.

أما الصغير المرح المتفائل وان زاد وزنه قليلاً، لا يكون مصدر قلق لأبويه، فالزيادة هذه تخف وتتقلص ولا يبقى لها أثر.

الحساسية البدنية

لبعض الصغار حساسية مفرطة لأشياء معينة مثل قماشة الثياب ومنظرها، الأضواء الساطعة والأصوات الصاخبة، طعم أنواع من المأكولات، هؤلاء الصغار قد يشعرون بالدفء الشديد حين يكون الجميع يشعرون بالبرد، واذا اصيبوا بجرح سطحي يغالون في مرضهم.

هذه الحساسية هي مزاج نشأ في طفلك وغدا طبعاً فيه، وغدت الحساسية جزءاً منه، وتحدث المشاكل في البيت وانت تطعمينه أو أنت تلبسينه فلا تنجرفي بشعور الغضب أو الكمد، واعلمي ان مثل هذا الصغير يختص بأدوات فردية قوية، وليس ذلك لتنتصر أذواقه ان لم يكن لانتصارها ضرر عليه وعلى صحته، احترمي فردية ابنك أكثر من اهتمامك بأقوال السامعين والمبصرين.

مشاكل اللبس

يتوانى بعض الأطفال ويحاولون الامتناع عن اللبس في الصباح ، ولا يتحركون الا بشيء من الحزم وتثور مشاكل اللبس احياناً متى كرست الأم

حياتها على الطفل، وكل طفل أسرف في تدليله تتنازعه مشاعر التمـــدد لأنـــهم بالتدليل افسدوه، لهذا على الأم المتفانية ان تتراجــع قليلاً عن عادتها وتظــــهر الشدة والحزم فيما يتوقع من طفلها، حتى يفهم هو ذلك فيقلع عن الخطر.

واذا أظهر الطفل حساسية ما، فليختر ثيابـــه بنفسه، بذلك تسلمين ويســـلم هو من احتكاك ومشاكل لا تنتهي، فقد يكون هذا طور من أطواره العــــابرة او مزاج خاص، او في الأكبر سناً مشكلة خطيرة.

أعــراض نفسية بدنيـــة

هذا اصطلاح لأعراض بدنية لها مكون عاطفي أحيانـــاً يكــون الســبب واضحاً، فقد يشتكي الطفل من صداع في صباح يوم امتحان في المدرسة، فـــلا تفترضي ان الطفل يلفق ويتظـــاهر، ففـــي أغلـــب الحـــالات يكـــون الشـــعور بالاضطراب والصداع حقيقياً، حتى لو غاب السبب البدني، أحياناً أخرى يكـــون السبب غير متضح، أو قد يعكس شعوراً عاماً بالقلق، واذا اشتكى الطفل مـــراراً من الصداع وآلام المعدة (وهما اكثر الاعراض النفسية البدنيـــة انتشـــاراً بيـــن الصغار)، فأول خطوة تقومين بها هي اجراء الفحوص الطبية الشاملة، فإذا لـــم يكن السبب مشكـــلة بدنية فإنه يكون على الأرجح نفسياً، أو إفـــراط أعضـــاء الأسرة في قلقهم واعارتهم القضايا الصحية أهمية كبرى.

مشاكل الانفصال

ممانعة الطفل في الانفصال عن أمه امر معروف يمكن اعتباره طبيعيـــاً، فعندما يترك مع جليسة في مدرسة الحضانة يبكي الطفل ويتشـــبث بأمـــه لـــهذا اتبعت مـــدارس الحضانة مؤخراً أسلوباً جديداً يتيح للأم المكـــوث مـــع طفلـــها وقتـــاً قصيراً.

والقلق من الفراق مع الأكبر سناً اشق واشد خطورة، فربما يرفض الصبي في الصف الأول الذهاب الى المدرسة في حالات كهذه المسماة "رهاب المدرسة" تكون علاقة الأم بابنها متينة ووثيقة، حتى الأم نجدها مشفقة من الفراق متمنية ان يمكث ابنها معها، في حالة يحتاج الاثنان الى المساعدة .

الحياء

هناك صغار حياؤهم لا كابح له، يكون طبعاً فيهم، لا يحبون التجارب الجديدة او المعارف الجدد، واذا اخذوا الى اجتماع عائلي يضم الأقارب، او الى حفلة، يقضون معظم الوقت ملتفين بثياب امهاتهم يخفون وجوههم فيها حتى لا يروا أو يروا. وفي المدرسة ويلازمهم الحياء وقلما يتخذون لهم الأصدقاء، فإذا كان طفلك حيياً فلا توبخيه أو تزجريه، أو توجهي الانتقاد اللاذع له، او تحاولي تغيير طبيعته فهذه المحاولات عقيم تزيد المشكلة تعقيداً، وافضل ما تفعلينه مساعدة له على اجتياز هذه العقدة بهوادة ورقة الى تجارب جديدة، وافساح المجال له لينصهر في الأوضاع المستجدة ويأنس بالأغراب، ان الحياء الطبيعي ليس كالقلق لأن القلق مرض نفساني.

التنافس بين الأخوة الصغار

لا يجهل الأهل أن الأسرة لا تسلم من احتدام الجدال بين الأخوة، بل وتفاقم الغيرة، ويجب الا نتوقع من الصغار والكبار تصرفاً مثالياً لا تتخلله مشاكل ومتاعب. فإذا واجهت حالة كهذه وسمعت مناقشة حادة تدور بين الأخوة فلا تنحازي الى واحد ضد الآخر، كوني محايدة فلا تلومي الا اذا تجاوز الخلاف مألوفاً عند ذلك ضعي حداً للخلاف الناشئ دون الالتفات الى البادئ، ولكن الخصام المستمر يعتبر الدليل على استفحال المشكلة، ويتهدد سلام الأسرة،

وجدير بالأبوين ان يعرفا ان حب البنين والبنات حق من حقوقهم، ولو بطـــرق مختلفة متباينة، حتى لو خصـا الجـانب الأكبر من حبهما لواحـد دون الآخـر، على أن تكون معاملة الاثنين محايدة لا يظهر منها اي تحيز وتفضيل.

التلويـــث

التبليـل في الفراش هناك نوعان من التلويث، في التلويث الأساســي لا يكون الطفل قد تعلم السيطرة على أمعائه متى تحركت لإفراز الغــائط، وفــي التلويث الثانوي يكون الطفل قـد درب على استعمال الإناء أو كرسي الحمـــام حتى شرع بحاجته الى تفريغ غـائطه، ثم فجأة يعود الى ســابق عـهده مـن التلويث، ويكون السبب ظروفاً حياتيـة ضاغطـــة، الأول يسـتطيع ان يتعلـم السيطرة على أمعائه بوضع برنامج خاص له، وفي وسع طبيب الأطفــال ان يبين لك البرنامج الصالح لطفلك، اما الثاني فعليك ان تعالجي مصدر الضغـــط لإزالته.

وان لم تنجح المحاولة واستمر الطفل في تلـوث ثيابه وفراشه فلا غنـى لك عن رأي طبيب الأطفال، وليعلم الأبوان ان الطفل أحياناً يعبر عن غضبـه بتلويث نفسه، واذا كان الأمر كذلك فجدير بالأبوين ان يحاسبا نفســيهما علـى مسلكهما معه، ويصححا من هذا المسلك، بهذه الوسيلة تطمئـن نفـس الطفـل، فيزول غضبه ويقلع عن عادته.

السرقـــة

الأطفال الصغار يأخذون الأشياء مثـل دمية من صندوق طفـل آخـر، محفظة من حقيبة أمه، ليلعب بها، ففكرة ملكية الأشياء لا تتطور بســرعة فـي ذهنه، ومتى حصل هذا لا تضخمي الحادث، ارجعــي الشــيء الــى صاحبـه

واشرحي للطفل باللغة التي يفهمها بان فعلتــــه تعبــير ســرقة، وان الســرقة ممنوعة، وسيفهم الطفل أخيراً الحقيقة اما الأطفال المترعرعون الذي يعلمــــون الفرق، ومع ذلك، يستمرون في السرقة، فقد يكــون اصرارهم علـــى متابعــة عادتهم مؤشراً الى انحراف وقع في الوسط العائلــي، وأثر في الطفل والســرقة في المدرسة أو في المخازن، يعتبر جنوحاً قبل الأوان، ويرافقه عادة تصــــرف مناف لأخلاقية المجتمع، وفي كلا الحالتين لا مفر للأم من الاســـتعانة بخــبرة اختصاصي في هذه الشؤون.

نوبــة الغضــب

انفجار الطبــع أو المزاج وبخاصة لدى الأطفال الصغــار يتفــرع الـــى فئتين: الانفجار العملي، وفيه يتعمد الطفل التعبير عن غضبه ورفضه لينال مـــا يريد والنوبة الــمزاجية وفيها يعجز عن مساعدة نفسه ويفقد السيطرة، الفـــرق دقيق وعلـــى الأم ان تفهم سبب ثورته، فإذا منعته عن امتصاص عود ســـكاكر لأن موعد الطعام حان، فصاح وصرخ فإن هياجه يكون مصدره الرغبــــة فـــي الحصول على العود (ولعله حظي بما اراد من قبل بهذه الوسيلة)، لذا فــالتصلب هو الأسلوب الكفيل بوضع الحد لانفجاره العمــلي، اجل ينبغي لك ان تعامليــــه من موقف القوة التي يمتاز بها البالغ من الناس ومنهــم الأم، النوبة المزاجيـــــة ينفر بها الطفل النشيط السريع التأثر الذي ينفجر ثم يتحول انفجاره الى غضـــب ودموع، في حالة كهذه اظهري الرقة والعطف، ذكري نفسك بأنـــه لا يســتطيع تمالك نفسه، احيطيه بذراعك (إذا سمح لك بذلك) او ابقي قريبة منه، اكدي لــــه معرفتك باضطرابه وسخطــه، وانه لن يلبث ان يهدأ ويســكن، وان اســتطعت حولي افكاره عما كان السبب في نوبته.

التقلص اللاإرادي في عضلات الوجه

كثير من الأطفال يصيبهم هذا التقلص في وقت او آخر، والتقلصة الواحدة هي عادة دليل على ضغط وقتي عابر، وتتلاشى حين زوال أسباب الضغط، اما التقلص المزمن، أو التقلص المضاعف، فلهما قصة تختلف، فهما يترافقان عادة مع تصرف مضطرب أو تصرف ممنوع، أو تصرف مصدره الخوف، ويحتاج هذا العارض المزمن الى تقويم دقيق يقوم به اختصاصي محترف.

((الصفات الاجتماعية))

تؤدي رغبة المنطوي في العزلة الى ضيق دائرة اصدقائه وأعدائه أيضاً فهو قليل الأصدقاء، قليل الأعداء، فهو يؤثر العزلة على الاختلاط، والفكر على العمل، يشعر بالعزلة والضياع في وسط المجتمعات الكبيرة، يدفعه حسه المفرط الى الخوف من أن يكون مثاراً للضحك والسخرية، ويميل الى ان يكون الضمير مؤدب وناقد، ومن ثم لا يظهر مواهبه، وعلى ذلك فإنه يهمل، ويحرز نجاحاً أقل من زميله المنبسط، وبسبب عدم انخراطه في المجتمع، فإنه غالباً ما يدين بلون شاذ من العقائد، وعلى الرغم من عدم تمتعه بالبريق الاجتماعي، وعدم سعيه اليه، فإنه ان عقد صداقات فإنها تتسم بالعمق، ولقد دلت الدراسات الحديثة على ان المنطوي يختار مثاله الأعلى من نماذج من الأدباء ورجال الدين، أما المنبسط فإنه يختارها من العلماء وأصحاب الصناعات، ولكن قد يحدث العكس حين يختار المنطوي أحد ابطال المخاطرات حيث يبدي رغبته في تقمص شخصية تمتلك ما يفتقده هو.

المنبسط يشارك في الحفلات الاجتماعية، وحفلات الرقص ويقبل عليها بلا خجل أو ارتباك، فخور بنفسه، مهتماً بهندامه، أما المنطوي فإنه لا يهتم بهندامه طالما انه لا يجلب عليه انتباه الآخرين، يستمتع بالاستغراق في الاستبطان والأفكار، ويؤذيه الاحباط والفشل، ويفكر في آلام الناس، ولا يستطيع ان يقوم بدور ما على خشبة المسرح، كما لا يمكنه ان يقلد أصوات أو حركات الناس أمام مجموعة كبيرة، ويميل الى الخضوع، اما المنبسط فهو يحب القيادة والزعامة.

بين الانطواء والانبساط

هذه اللمحات عن صفات كل من الانطواء والانبساط، تجعلنا نتساءل: أيهما أفضل، أننبسط أم ننطوي، أو بعبارة أخرى ان نربي أبناءنا في المدارس على الانطواء ام على الانبساط، يعيب المنبسط ميله نحو السطحية والتفاؤل المفرط، وافتقاره الى النقد الذاتي، وعدم الحساسية وتبلد الضمير، واعتقاده ان التأمل "علة نفسية".

ويعاب على المنطوي عزلته التامة وانانيته، وشكه وارتيابه، وفتور عاطفته، وانسحابه من المجتمع.

وفي الحضارة الغربية الحديثة، يفضل الاتجاه المنبسط، حيث يوصف صاحبه بعبارات مشجعة، مثل اجتماعي ايجابي نشيط ناجح ... وهكذا.

ويزعم بعض علماء النفس ان الشرق على العكس من الغرب يشجع الاتجاه الانطوائي، ولقد ذهب بعضهم الى القول: ان الحضارة الإسلامية تشجع على الانطواء، بينما المسيحية الغربية تحض على الانبساط.

وفي الرد على مثل هذا الزعم نقول : أن الإسلام دين ودنيا وآخرة ، وتجمع الرومانسية والواقعية. والمواطن المثالي في نظر الإسلام هو المواطن العامل المنتج غير المتواكل، فهو يحض الناس على المشاركة الاجتماعية ، كصلاة الجماعة، والحج، ويدعو الى التعاون والموازرة، والأخذ والعطاء، "اعمل لدنياك كأنك تعيش أبدا، واعمل لأخرتك كأنك تموت غدا ".

وفي ردي على هذا التساؤل : أيهما نختار ؟

أود أن أسترجع قول أرسطو : الفضيلة وسط بين طرفين كلاهما

رذيلة. افراط وتفريط. الوضع المثالي أن يكون الانسان وسطا بين الانطواء والانبساط ، أن نأخذ بقدر من كل، وأن نربي أطفالنا في مدارسنا وبيوتنا على الاعتدال والتوسط، ولكن كيف يتسنى للمدارس هذا الجمع ؟.

يقودنا ذلك الى ضرورة معرفة الأسباب المؤدية لكل من الانطواء والانبساط .

الأسباب التي تؤدي الى الانطواء والانبساط

يذهب بعض علماء النفس الى القول بان ظاهرتي الانطواء والانبساط، ترجعان الى عوامل فطرية وراثية، وحجتهم في ذلك أن التميز بين السلوك المنطوي والمنبسط يمكن ملاحظته في الطفولة المبكرة، حيث تظهر على الطفل المنبسط دلائل سرعة التكيف مع البيئة، وانتباهه الزائد نحو الأشياء المحيطة به، خاصة نحو تأثيره عليها، فهو يتحرك ويتعب ويعيش وسط الأشياء في ثقة وجرأة، ويدرك ما يحيط به إدراكا سريعا ولكنه عشوائيا، وان كان أقل خوفا من الطفل المنطوي، فانه ينمو أسرع منه، ويختلط بالأشياء فلا يستشعر حدودا تفصله عنها وهو يدفع نفسه إليها، ويخاطر بنفسه في استكشاف ما تقع عليه يديه. أما الطفل المنطوي فانه يميل إلى الخوف والتردد. ويعكف عن المواقف الجديدة ويقترب منها في خوف، وترقب . ويذهب دعاة الوراثة الى القول بأن هاتين الظاهرتين تحددهما أيضا عوامل داخلية فسيولوجية كإفرازات الغدد الصماء ، والجهاز العصبي المركزي وبعض التفاعلات الكيماوية والتغيرات التي تطرأ على الهرمونات، ومن ذلك ما وجدوه من تحول انطوائي الى السلوك المنبسط اثر تناول جرعات متتالية من الكحول، وقد وجدوا أنه كلما زادت درجة انطوائية الشخص كلما زادت كمية الكحول

اللازمة لتحويله الى السلوك المتحرر، كما وجد أن المنبسط رأسه سهلة التـأثير بالمشروبات الكحولية حيث تكفي كميات قليلة لتحويله الى حالة فقدان الوعـي التام، ولقد وجدوا أن المورفين والشاي والقهوة والأفيون تجعل الفرد ينزع الـى الحساسية والانطوائية، كذلك ذهبوا الى تدعيم أثر الوراثة بمـا لاحظـوه مـن ارتباط بين البدانة والانبساط والنحالة والانطواء .

وفي الرد على هذا الزعم نقول أن الملاحظة تدحض هذا، والأدلة علـى ذلك ما لوحظ من أن أبناء البيئات الريفية أكثر انطواء من أبناء الحضر وأبنـاء الطبقات الفقيرة أكثر انطواء من أبناء الطبقات المتوسطة والعليا.

وكذلك لوحظ أن التوأم الذي يتربى مع أمه يكون أكثر انبساطا من زميلـه الذي حرم منها، وكذلك يميل الطفل الوحيد أن يكون منطويا. وتعتمـد هاتـان الظاهرتان اعتمادا كبيرا على ما يلقاه الطفل من معاملة المحيطين بـه فـالطفل الذي حرم من اشباع حاجاته الأولية والذي يجد صدرا دائمـا من قبـل الكبـار حين يريد التعبير عن نفسه لا بد أن ينزع الى الانسـحاب. كـذلك وجـد أن مواقـف الإحباط التي يتعرض لها الطفل في المدرسة تشعره بالألم. ومن ثـم فانه يتفـادى هذا الاحساس المؤلم بالانسحاب كإحدى الحيـل الهروبيـة مـن المواقف غير المرغوب فيها . كذلك العكوف على توجيه النقد الهدام للطفـل وذمه وبخس قدراته من شأنه أن يقوده الى الشعور بالنقص وعدم الثقة بنفسـه. ومن ثم يلجأ الى الانطواء وكذلك التربية الاتكالية حيث يحرم من الفرص التـي يتمرس فيها على تحمل المسؤولية والقيام بأدوار قيـادية، من شأنها أن تدفعـه الى الانزواء في المناسبات التي تتطلب مثل هذا السلـوك كذلك غلق الطريـق أمام الطفل والسيطرة عليه والافراط في القسوة والعنـف والكبـت والحرمـان

والاهمال والمعايرة والتوبيخ وما الى ذلـك، له أثر في اتجـاه الطفـل نحـو الانطواء او الانبساط . وللمدارس وأسلوب التربية أكبر الأثر في هذا .

الواقع أننا لا نستطيع أن نزعم ان الانطواء والانبساط اكتساب صـوف،أو وراثة محضة، ولكن الانسان ابن الوراثة والبيئة معا. فالوراثة تضـع البـذور وتحدد الاطار العام الذي لا يمكن أن تتعداه العوامل البيئية. فالبيئة لا تخلق مـن العدم، والوراثة وحدها لا تجدي ... إننا لا نستطيع أن نحـول الأقـزام الـى عمالقة، ولا البلهاء الى عباقرة، ولكن بذور البرتقال مثلا تحتـوي على شـجرة برتقال. ولا تستطيع تربية كائنة ما كانت أن تجني من بذور التفـاح برتقالا .

كذلك التربية الصالحة لنمو البرتقال قد تكون من العوامل المعوقة لنمـو التفاح ... وهكذا فان البيئة تصقل وتوجه النمو ، وتسمح بالذكاء مثلا أن يخبـو أو يظهر ثم توجه سيره وطريقه، فإما تفوق في العلم أو في "الجريمة".

اذا قبلنـا أن الشخصية الانسانية محصلة لتفـاعل مجموعـة العوامـل الوراثية والبيئية، يبقى تحديد الأهمية النسبية لكل منها أمر بـالغ الصعوبـة ... على أنني أميل الى استخدام لفظ الوراثة بمعنى كل ما يولد مزودا به الطفـل ، أو على القليل مـا توجد جذوره عند ميلاد الطفل ... ولست أعني بـها فقـط مجرد الانتقال من الآباء الى الأبناء . ذلك أن الرحم وما يقع عليه من تغـيرات خارجية وداخلية يعد بيئة للطفل . وان ميلاد الطفل ليس الا مرحلة جديدة مـن مراحل نموه (فقط) .

فكل ما هو غير مكتسب او متعلم فهو فطري. فالنهشات التي قد يتعـوض لها مخ الطفل اثناء الولادة المتعسرة ليست مكتسبة، وليست منقولة عن ابائـه. ولكنها ذات تأثير بالغ على شخصيته. هذا قد يبرر من ان بعض أفراد الأسـرة

الواحدة قد يكون منطويا بينما البعض الاخر منبسطا. ولتوضيح صعوبة تحديد ما هو وراثي وما هو مكتسب. افترض ان أُماً منطوية أنجبت طفلا ولوحظ على سلوكه بعد ان ابلغ سنا تسمح لنا بملاحظته بأنه منطو. هنا لا نستطيع ان نجزم بانه ورث انطوائيته ولم يكتسبها لانه يحتمل ان تكون الام قد ربته على القيم الانطوائية وغرست فيه السلوك المنطوي، وان يكون هو قد نقل عنها تقليد الانطواء ان تجد في اصحاب الوراثة الواحدة كما هو الحال في التوأم العينية – ان العوامل البيئية عندهم متشابهة ان لم تكن موحدة على اننا في قبولنا للدور الوراثي يجب ان نقرر ان هذا الدور مشروط بنوع السمة. فالسمات الفسيولوجية يغلب عليها العامل الوراثي ، بينما السمات الخلقية والنفسية كالاتجاه نحو الأسرة او نحو العروبة فهي خاضعة للتعليم والاكتساب والواقع ان الدراسات الحديثة قد أثبتت ان كثيرا من السمات والقدرات التي كان يظن انها محدودة بعوامل وراثية صرفة ، امكن تعديلها عن طريق تحسين التغذية، واستخدام وسائل وقائية وعلاجية معينة.

كذلك دل البحث العلمي على ان الامراض الطويلة، والادمان على المخدرات، وحالات سوء التغذية والحوادث تؤدي الى انخفاض نسبة ذكاء الفرد.

الاتجاه في البحوث النفسية الان هو تعضيد اثر العوامل المحسوسة الملموسة ، اننا لا نستطيع ان نفسر السلوك الانطوائي لشخص ما بمجرد القول بأنه "ورث" هذا او بان ذلك راجع الى "غريزته". كما اننا لا نستطيع تفسير السلوك المنحرف مثلا لدى طفل ما بالقول بان "الإجرام في دمه" او ان غريزة المقاتلة هي التي تدفعه الى ارتكاب الجريمة او ان العوامل العصبية هي المسؤولة عن هذا السلوك او ذاك.

اننا لا نستطيع ان نعزي السلوك الى عوامل غيبية في داخل الفـــرد ، لان ذلك يغلق باب البحث عن العوامل الحقيقية المسؤولة عن السلوك والتي يمكـــن ملاحظتها وقياسها والتحكم فيها وتعديلها.

وعلى ذلك فلتقرير عوامل مسؤولة عن سلوك ما ، لا بد وان نبحث فـــي بيئة الفرد الاجتماعية والمادية ، وفي تاريخه المرض النفسي ، وفـــي قدرتـــه الحقيقية التي يمكن قياسها .

أما القول بالغريزة أو "بالقدر" أو بالوراثة، فانه يسد الطريق أمامنـــا في علاج الشخص أو تحويله أو التنبؤ بسلوكه. ولكن تفسيرنا لسلوك طفل مـــا داخل حجرة الدراسة، سلوكا هروبيا بالقول بأنه ضعيـــف فـــي القـــدرة علـــى القـــراءة، ومن ثم يتحاشاها حتى لا يكون مثار سخرية زملائه ... مثـــل هـــذا التفسير يضع أيدينا على عامل واقعي حقيقي ملموس يمكننا التحكم فيه وتعديلـــه عن طريق تدريب الطفل على عمليات قراءة إضافية ، ومن ثـــم تحويلـــه إلـــى الاعتدال.

وبذلك يصبح المجتمع والتربية والإرشاد النفسي ، قادرين علـــى القيـــام بعمل إيجابي لتحقيـــق مزيد من التكيف للفرد. كذلك فاني أود ان أشير إلـــى ان ما يوجد بين ظواهر الانطواء في بعض السمات الأخرى كالخجل والخوف مـــن ارتباط ليس بالضرورة دليلا على ان احد الظواهر المترابطة سببا فـــي وجـــود الاخر. فالعلاقة الارتباطية ليست بالضرورة علاقة سببية او علية ، فقد يرجـــع العاملان المرتبطـــان الى عامل ثالث مسؤول عنهما. فالقول بان هـــذا الطفـــل منطو لانه نزاع الى الخـــوف ، او ان الخوف والانطواء مرتبطـــان ، لا يـــدل على ان الخوف سبب الانطواء.

وكذلك تجدر الاشارة الى ان العوامل المكونة للشخصية الانسانية ، ليست مطلقة في اثرها على السلوك . فالعامل الواحد قد يؤدي الى اكثر من وظيفة ، أي ان العامل الواحد تختلف وظائفه باختلاف العوامل المتقابلة معه او المواقف المحيطة بالفرد.

فالذكاء قد يقود الى الانبساط ، ولكن اذا وضع طفل لامع الذكاء وسط مجموعة اقل منه ذكاء ، فمن المحتمل الا يجد رغبة واشتياقا في مشاركتهم في نشاطهم. كذلك اذا وضع الفرد في مجموعة لا تنتمي الى طبقته الاجتماعية او سنه، فانه ربما يميل الى الانطواء.

كذلك الذكاء الخارق قد يقود صاحبه الى العكوف على العلم والقراءة والبحث والابتعاد عن ضوضاء المجتمع. ولذلك يجب على الادارات التعليمية والتربوية ان تقسم التلاميذ الى مجموعات متجانسة.

فكرة وجود وظائف مختلفة للعنصر باختلاف العناصر المتحدة معه ، ليست غريبة في عالم الكيمياء مثلا. وعلى الجملة فان الوراثة تعطي المادة الخام التي تشكلها البيئة وتصقلها وتحدد كم وكيف نموها ، ما ينطبق على البيئة الاجتماعية المحدودة التي يلاقيها طفل ما تتصف بالدفء والحنان، او القسوة والإهمال ، ينطبق على الفلسفة الاجتماعية برمتها فالمجتمع الدكتاتوري الذي تتحكم فيه القلة وتحرم الأغلبية الساحقة من الاشباع ومن التقدير الاجتماعي ، يؤدي الى انسحاب هذه الأغلبية وميلها نحو السلبية. اما المجتمع الذي يؤمن بالامن والعطاء وتكافؤ الفرص وعدالة توزيع الثروة والسلطة والادارة والأعمال ، وروح الانتماء الى المجتمع الاكبر ، والى احترام الملك العام والصالح العام.

ويجب ان تنمو في المواطن روح الإيجابية والاهتمام بالمشروعات العامة ومناقشتها ، والمساهمة في بنائها ، وفي تعميم نفعها ، ويأتي ذلك عن طريق تربية الفرد على إحساسه بقيمته وبدوره في العمل والإنتاج والتخطيط والتقويم ويرسخ هذا الشعور عندما يرتد عائد عمله وجهده إليه بصورة عملية.

والتربية هي التي تشعر الفرد بكرامة وحرية واستقلال ، وتحميه من الشعور بالسخرة والاحتكار والضياع. ان النشأة على أساس احترام مبادئ الإخاء والمساواة والعدل ، تجعل الفرد ينشأ متكيفا متخلصا من مشاعر السخط والكراهية ، ومن مشاعر النقص والحرمان. وبالتالي من النزوع الى الانسحاب والانطواء.

ان النظم الاجتماعية التي يكافأ فيها الفرد على عمله وجهده ، لا يشب الفرد على مشاعر الظلم والاضطهاد. كذلك للفلسفة الاجتماعية التي تؤمن الفرد على حياته ومستقبله ورزقه ، تحميه من الشعور بالقلق والتوتر والخوف ، وهذه من العوامل المؤدية الى الانطواء. والمجتمع الذي يستهدف اتاحة الفرصة امام اكبر عدد من ابنائه لكي ينالوا اعلى قدر ممكن من التعليم ، يشجعهم على ان يمارس كل فرد حقوقه في الحرية والكرامة والقيادة والمشاركة بأعلى درجة من الوعي والكفاية.

والتربية هي أداة المجتمع ووسيلته في صنع المواطن الصالح الذي يتمتع بالتكيف والانسجام مع نفسه اولا ومع اسرته ومع تجمعه الاكبر ، والتربية في المجتمع العربي لابد وان تكون تربية ديمقراطية تتيح للفرد حرية التفكير والكلمة، والتعبير عن الذات، وحرية الاشتراك الفعال في إدارة شؤون نفسه.

((حتى يكون طفلك اجتماعيا))

طفلك اجتماعي أم انطوائي ؟

وكيف السبيل إلى إخراجه من دائرة التقوقع الذاتي ؟ ثمة حقائق بالنمو الاجتماعي على الأبوين معرفتها.

طفل في مدرسة الحضانة ولكنك قلما تجده يلعب مع الأطفال الآخرين فعندما يلعبون لعبة بناء البيوت الخشبية، فانه يمسك بالكرة ويلعب بها لوحده. وعندما يتجمعون في حلقة ليناقشوا قصة رواها لهم أستاذهم ، يبدأ الطفل بممارسة بناء البيوت الخشبية.

ان هذه التصرفات من قبل الطفل تسبب لامه شعورا بالقلق ، اذ تخشى ان يكون طفلها انعزاليا.

وعلى الطريق المقابل من الطفل ، نجد رفيقه الذي يصفه أبواه بانه لا يستغني عن رفاقه دقيقة واحدة ولا يستطيع ان يصنع شيئا دون ان يستشيرهم لمطابقة برنامجه مع برنامجهم فاذا اقترح عليه أبوه ان يذهب معه الى المتحف يوم الجمعة فانه يرد عليه قائلا : انتظر ريثما أتكلم مع صديقي وينزعج والده من هذا التعلق الشديد الذي يبديه ابنه تجاه صديقه فهو صديقه المفضل ورئيس شلة الأصدقاء التي ينتمي اليها الطفل ويقول والده معلقا على هذا الموضوع لست على يقين من ان ابني يستطيع ان يفعل شيئا بشكل مستقل عن صديقه، وأخشى ان يكون عاجزا عن ان يمضي أي وقت لوحده في ممارسة نشاط انتاجي. ان الطفلين يمثلان النموذجين المشهورين لشخصيتي الانطوائي والاجتماعي ومما يدعو الى الدهشة احيانا ان نجد هذين النموذجين في اسرة واحدة ولنستمتع الى احدى الامهات وهي تعبر عن مشاكلها ومعاناتها قائلة:"ان

ابنائي اما ان يكونوا خارج البيت مع رفاقهم ، او ان يمسكوا الهاتف في حديث مطول معهم حتى انني اضطررت الى ان اضع لهم انظمة حازمة بما يتعلق بأداء واجباتهم المدرسية قبل ان يخرجوا من البيت او قبل ان يمسكوا الهاتف.
اما بالنسبة لإبراهيم وهو في الرابعة عشر من عمره، فان الامر مختلف تماما، فهو يمضي معظم الاوقات لوحده حتى اننا لنرغب يقينا ان نراه يوما مع اخذ زملائه او ان نسمعه ليتكلم بالهاتف مع أحد أصدقائه. ومن الطبيعي ان الابوين يرغبان ان يريا ابنهما قادران على الاتصال بالاخرين وعلى انشاء صداقات مفيدة على أسس سليمة ولكن التوقعات الطبيعية للنمو الاجتماعي للطفل تخيب آمال الآباء والأمهات أحيانا،الى جانب ان الابوين يكونان في معظم الأحيان عاجزين عن معرفة الدور الذي يجب ان يتوقف عندهما نشاط ابنهما.

النمو الاجتماعي الطبيعي

من المفيد ان يعرف الابوان بعض الحقائق المتعلقة بالنمو الاجتماعي لاطفالهما وان يتذكرا دائما وجود فروق طبيعية فردية بين الاطفال، ضمن الخطوط العريضة لهذا النمو وهي تعكس اختلاف الطرق والاساليب الفردية لكل منهم ، فبعض الاطفال اجتماعيون بطبيعة الحال، وبعضهم الاخر يلتزم جانب الحذر في علاقاته مع الاخرين . وبينما تجد طفلا ينطلق على سجيته عندما يكون ضمن مجموعة من الاطفال تجد طفلا اخر في حاجة الى ان ينعزل لوحده ويخلو بنفسه لبعض الوقت ولا عجب في ذلك ، فان الامر ينطبق على البالغين ايضا اليس كذلك؟

نمو الصداقة بين الأطفال :

وهو يبدأ في مرحلة مبكرة من العمر. وباجتماع الطفل مع رفاقه فانه يتلقى درسا قيما في الحياة ويدرك حقيقة واقعية تنبهه الى انه ليس مركزا

لكون، وتجعله يشعر بان ثمة اطفالا اخرين مثله يقولون (أنا) وعلى كل حال فان الشعور "بالأنا" لا يزول في هذه المرحلة الاولى من عمر الطفل وان الطفل في السنة الثالثة او الرابعه من عمره يبني صداقته مع الاخرين على اساس الفائدة التي يمكن ان يحصل عليها منهم واذا حدث ان احد اصدقائه لم يلب له حاجته ، فانه يستغني عنه فورا، ولو ان هذا الاستغناء لا يدوم طويلا إذ يعود الى مصالحته ويتوقع فوائد اخرى منه فيما بعد. وليس من النادر في هذه المرحلة ان تجد طفلا يقول لرفيقه : "من الان فصاعدا لا انت صديقي ولا انا صديقك ولا تعرفني ولا انا اعرفك" ثم تجدهما بعد خمس دقائق يلعبان الكرة معا.

واعتبارا من سن الخامسة يبدأ الطفل في تعلم الكفايات الاجتماعية التي تهيئه لاداء دوره الانساني المسؤول في المستقبل ، والتي تعلمه كيف يتصرف في المواقف المختلفة عندما يكون لوحده مثلا، او عندما يكون مع اسرته او مع زملائه وكذلك كله يهيئه للقيام بدوره كعضو نافع للمجتمع فيما بعد. وفي هذه المرحلة يجب على الوالدين ان يعلما طفلهما الخبرات الاساسية في الحياة. ومن ذلك ضرورة التأقلم مع الظروف ، كأن يرتدي سترة صوفية اذا كان الطقس باردا ، او ان يعيد المقص الى مكانه بعد استعماله بحيث يستطيع الاخرون ان يجدوه عند حاجتهم اليه وعلى الطفل ايضا ان يتعلم مراعاة شعور الاخرين ورغباتهم. ويستغرق الاطفال فترة معقولة من الوقت قبل ان يتعلموا التكيف مع رفاقهم وليس من النادر ان نجد الطفل احيانا يحجم عن المشاركة في نشاطات الآخرين او ينفر من الاتصال معهم. وربما كان من المفيد للأبوين في هذه الحالة ان ينتظر ويلاحظا تطورات الامر على المدى الهادئ ومن الأمور التي يمكن ملاحظتها في هذه المرحلة ان الطفل يغير

أصدقاءه المفضلين وخاصة بعد العطل الصيفية. ولكن الموضوع الذي يشغل بال الكثيرين من الآباء والأمهات يتعلق بالطريقة التي يجب ان يتصرفوا بها اذا استمر الطفل في انعزاله عن الآخرين. ويعتمد الامر في هذا المجال على توعية ما يعمله عندما يمتنع عن مشاركة الاخرين في نشاطاتهم فاذا كان يعمل بطريقة إبداعية ، فليس في الامر ما يضير ، ولا داعي للشعور بالقلق.

الفروق الفردية

وتظهر هذه الفروق بين الأطفال منذ المراحل الأولى من عمرهم حينما تجد طفلا سريع التأثر باقتراحات معلمه او بما يعمله الأطفال الاخرون تجد طفلا اخر يتمتع باستقلال ذاتي ويعمل ما يريد ان يعمله والى جانب هذا وذاك تجد الطفل الذي يعلم ما يريده أن يمنعه ذلك من الانفتاح على اقتراحات الآخرين. وهذا هو الطفل الذي يتصف بالسمة القيادية وذلك بعكس الطفل الذي يعجز عن انتقاء احد البدائل المطروحة أمامه، والذي يكون عادة تابعا لغيره. وفي سن السابعة تقريبا يبدأ الطفل بانتقاء صديقه المفضل بين أفراد مجموعته وعادة ما يكون هذا الصديق من الذين يشاركونه اهتماماته وهواياته الخاصة. ولنستمع معا الي سعيد وهو يقول لوالدته: هل تصدقين يا أمي؟ ثمة تلميذ جديد في صفي ، ولقد قررنا أن نصبح أصدقاء فانه يحب صيد السمك مثلي .

وفيما بين التاسعة والحادية عشرة من عمر الطفل فان شلة الأصدقاء تكتسب أهمية خاصة، وتتميز هذه المرحلة بشعور الطفل باستقلاليته وتميزه عن أسرته وهكذا فان شلة الأصدقاء تكون بديلا مقترحا داعما في مثل هذه الحالة، ومع أن والده يشعر بالانزعاج من فرط اعتماد ابنه على شلة الأصدقاء الا أن هذه الظاهرة تعتبر معلما طيبا يدل على أنه يسير في طريق الاستقلالية عن أسرته وفي سبيل تحصيل الكفاية الذاتية في الحياة .

ومن فوائد شلة الأصدقاء شعور كل من أعضائها بالانتمـــاء وبـــالتقيم ولكنها مع ذلك قد تتسبب في احداث التأثير السيئ الذي ينجم عن الصراع بيـــن حب العضو للجماعة من جهة والرغبة في الالتزام بالمعايير الخلقية من جهـــة اخرى.

وهـــذا ما يجعل الابوين يشعران بالقلق ، وهما محقان في ذلك علـــى ان لا يتجاوز هذا القلق حده الطبيعي فما لم تكن الجماعة منغمسة في نشاط معـــاد للدين او القانون او الاخلاق فلا مانع من ارتباط الطفل بها دون ان يمنعه ذلـــك الارتباط من استمرارية نموه الذاتي واستقلاليته عن الاخرين.

ولكن ماذا يكون الحال لو ان الطفل انعزل كليا عن الاخرين ؟ هل ثمـــة مشكلة ؟ لا ليس بالضرورة فمن الظواهر الطبيعية المشهورة رغبة الفرد في ان يكون شعبيا ومن الطبيعي ان الشعبية تقتضي عددا معقولا من الاصدقاء ومـــع ذلك فقد يكون الطفل محاطا بعدد كبير من الاصدقاء دون ان يكون لديه صديـــق واحد يستحق الثقة بينما نجد طفلا اخر ذا عدد محدود من الاصدقاء ومع ذلـــك فلا يشعر بالوحدة ابدا.

ومن الأخطاء الشائعة في التربيـــة تلك الفترة التي يحـــاول ان يغـــرس الابوان في ذهن طفلهما ، وهي ان تصرفاته يجب ان تنال موافقـــة الآخريـــن. وهذا خطأ واضح ، فان تصرفات الفرد يجب ان تكون نابعـــة مـــن ضمـــيره الشخصي بغض النظر عـــن اعتبارات الاخرين ســـواء وافقـــوا عليـــها ام لا يوافقوا. ولا يجوز للأبوين ان ينشأ طفلهما على طروحات من مثل:ان احســـن الناس أحسنت وان أساء الناس أسأت. بل عليهما ان يغرسا في ذهنـــه العقيـــدة الفردية التي تقوم على القيام بالعمل الصالح دون التأثر باراء الاخرين.

((كيف نساعد الطفل في علاقاته الاجتماعية))

الانسان اجتماعي بالطبع. ومنذ نشأ الانسان البدائي على هذه البسيطة ، فقد بات يبحث عن رفيق له يؤنسه ويساعده في التغلب على مشكلات الحياة ومعالجة الظروف المحيطة به. ومع تقدم الحضارة، فقد تعقدت الحياة وضاقت مجالات الاختصاص ، وأصبح الانسان أكثر حاجة من ذي قبل الى اخيه الإنسان، لكي يشاركه آماله وآلامه ، ويخفف عنه شعور الوحدة الذي أصبح ظاهرة ملازمة لإنسان القرن العشرين. وتظهر هذه السمة الاجتماعية لدى الأطفال منذ مرحلة مبكرة . ومع أن بعضهم يمضي في حياته الاجتماعية بمرونة سهلة، وينطلق في علاقاته مع رفاقه في انسجام، الا أن البعض الآخر يعاني من مشكلات تتعلق بالاتصال بالآخرين. ومن هؤلاء من يشعر بنقص في الثقة بنفسه ، وخاصة اذا كان يعاني من مشكلة معينة، كما لو اذا كان بدينا أو قصيرا او طويلا بشكل غير طبيعي، فانه في هذه الحالة يبقى مفتقرا الى الثقة بالنفس، وهي أمر لازم للقدرة على الاتصال بالآخرين. فاذا كان طفلك من هذا النوع ، فكيف تستطيعين أن تساعديه ؟

أول خطوة يجب أن تقومي بها هي التأكد من حقيقة وضع الطفل ، وما اذا كان موقفه طبيعيا أو معبرا عن مشكلة في داخليته. فاذا لم يكن لدى الطفل أصدقاء، فيجب أن نتأكد من حقيقة شعوره خلال هذه الظاهرة، وما اذا كان سعيدا في عزلته او منزعجا منها.

ومن الخطوات التي يمكن أن تتخذيها في هذه الحالة هي أن تضعي الطفل في موقف لآخر وتراقبيه بعد ذلك . واسألي نفسك هل عنده صديق واحد على الاقل ؟ هل علاقاته المدرسية مقبولة ؟ هل ينام جيدا ؟ وهل يتصرف

بشكل طبيعي ؟ فاذا كانت الأجوبة على هذه الأسئلة بالايجاب ، فذلك دليل على ان الطفل في حالة طبيعية. ومع ذلك فان المشاكل قد تنشأ بين الحين والحين، وكثيرا ما يعاني الأبوان صعوبات جمة في معالجتها: ربما طفلة في الصف الرابع الابتدائي تعود من المدرسة وهي في حالة نفسية متعبة فتسألها أمها: ما الامر الذي يزعجك فتجيبها : لقد اقامت لميس حفلة، ولم توجه لي دعوة مع انني كنت اعتبرها افضل صديقاتي: فماذا يجب على الام في هذه الحال؟ هل تقول لها : ما الخطأ في ذلك ؟ علام كنتما تتناقشان ؟ ام تقول لها : انا لا احب لميس ابدأ، ام تهاتف أم لميس ام عليها ان تواسيها بعبارة مثل : لا تنزعجي للموضوع كثيرا ، فان لديك كثيرا من الصديقات، ام انها لا تفعل شيئا على الاطلاق؟ ربما كان اسلم امر هو ان لا تفعل شيئا على الاطلاق ولكن ذلك لا يمنع ابدأ من ضرورة مشاركتها لطفلتها في مشاعرها، وبالمقابل فلا يجوز ابدأ ان تقلل من شأن المشكلة.

وان الشيء الذي يجب على الأبوين ان يفعلاه عندما يشعر الطفل بالأذى هو ان يعبرا عن إدراكهما للضرر الواقع عليه، وان يؤكدا له وجودهما في حال حاجته اليهما. ولكن ليس من السيئ ان يضطر الطفل الى معالجة المشكلة بنفسه، وهو الامر الذي يحصل في كثير من الاحيان، بحيث ان الطفل يتجاوز مشكلته ، ويتغلب على الآثار السلبية الناجمة عنها، وهذا ما يساعده على تعلم الطرائق المختلفة بمعالجة المشاكل الكبيرة والخطيرة فيما بعد. ومع ان من المغري ان ينتقد الابوان الصديق الذي قصر بحق طفلهما ، الا انهما لا يجوز ان يفعلا ذلك ابدا. فانك بانتقادك ذلك الصديق تعرض نفسك لنفس الموقف الذي يجد فيه نفسه من ينتقد أي طرف من الزوجين اللذين قررا الطلاق ، وللسبب نفسه ايضا. فانهما قد يتصالحان، وتبقى انت في الجانب

السيئ من الموضوع ، حيث انك انتقدت الشخص الذي يحبه وعلى الابوين ان يدركا المشاكل التي تقع بين الاصدقاء طبيعية تماما، وذلك لان الصديق الذي يستطيع ان يدخل على القلب السرور يستطيع ايضا ان يسبب له الالم. وهذا جزء طبيعي من النمو وليس بإمكان الأبوين ابدا ان يجنبا طفلهما الحزن. وعندما يتدخل الاباء او الامهات في خلافات اطفالهما مع اصدقائهم دون ان يطلبوا منهم ذلك، فلن يتعلم الأطفال ابدا كيف يعالجون مشاكلهم بأنفسهم، علما بان القدرة على حل المشاكل من عوامل النمو الضرورية للإنسان. وعلى كل فإن بإمكانك ان تساعد طفلك على تعلم مجموعة من المهارات المتنوعة المفيدة: هيئ له الفرص الممكنة للتفاعل الاجتماعي ، وهذا امر مهم بشكل خاص عندما يكون الطفل صغيرا وحياته الاجتماعية قابلة للتعديل بحيث يتوافر فيها الانسجام مع الاخرين فبإمكان الأبوين ان يستغلا بعض المناسبات الخاصة لاقامة الحفلات التي تجمع أصدقاء طفلهما، بحيث يمكن التعرف عليهم واقامة الصلات الوثيقة بهم.

شجعي المبادرات الايجابية:يجب على الابوين ان يعززا في طفلهما الثقة بنفسه والشعور باستقلاليته. وعلى سبيل المثال فلمساعدة الطفل الذي يتسم بالتبعية لغيره وانقياده لهم فيما يختارونه من انواع اللعب والتسلية ، فانك تستطيعين ان توفري له جوا تشعرينه فيه بهويته ، كأن يدخل غرفة تحتوي على عدة اشياء، وينتقي شيئا ما مهما كان انتقاؤه مترددا. ثم تعلقي على اختياره بعبارات تشعره بذاتيته.

لا تصنفي طفلك ضمن صفة معينة. تدخل لمياء وهي طفلة في الرابعة من عمرها غرفة مزدحمة وتلقي نظرة خاطئة على الجمع المحتشد، ثم تختبئ

خلف امها. وعندئذ تربت امها على كتفها بحنان وتشرح الامـــر للمضيفــة: ان لمياء طفلة خجولة ويلزمها وقت لتنسجم مع الاخرين ولكنها بعـــد ذلـــك تغـــدو طبيعية تماما.

ومع ان تفسير الام لسلوك طفلتها صحيح الا ان كلمة "خجولـــــة" تـــترك آثـــارها السيئة في نفسها. فعندما وصنف طفلا بأنه خجـــول لو انه مشـــاكس او بغير ذلك من الصفات، فاننا نعرضه لخطر الانغلاق على نفســـه ضمـــن تلـــك الصفة ، بدلا من اعطائه من التشجيع والمعرفة ما يمكنه من تغـــير ســـلوكياته. والأحرى بنا ان نعطيه قدوة حسنة للسلوك العملي، كأن تهيئ الام نفسية فتاتـــها الصغيرة لمواجهة الموقف.

ان اهم دور يمكن ان يقوم به الابوان في عملية تعليم طفلـــهما ممارســـة العلاقات الاجتماعية السليمة ومبادئ السلوك الاجتماعي هو نفس الـــدور الـــذي نلعبه مع أصدقائنا أنفسهم، وذلك بالالتزام بالصدق والعمق وحرارة العواطـــف وتبادل المشاعر.

ومن المراحل الهامـــة في التربية الاجتماعية للطفل ان نثق بـــه وبأنـــه سوف يؤدي اطوار السلوك التي نتوقعها منه ، والتي نرغب ان يقـــوم بأدائـــها بالفعل.

((ابعديه عن أولاد السوء))

في كثير من الأحيان، يقع الأبوان ضحية اعتقادها بأن اكتساب طفلهما للمعرفة هو الامر الوحيد اللازم الذي يعمل على وقايته من الشرور المختلفة، وينسيان في غمرة اهتمامهما بموضوع المعرفة ان العلم لا يغني عن قوة الارادة التي يمكن المرء من التعامل مع مختلف الظروف والضغوط المتنوعة.

والحقيقة انه مهما تكن درجة وعي الطفل للحقائق الاساسية في الحياة والأخطار المترافقة مع الانحراف، فإن هذا الوعي لا يعتبر ضمانة كافية لتأكيد قدرتهم على الالزام بالسلوك المستقيم في الحياة والعيش وفق المبادئ السليمة.واول درس يجب ان يعلمه الطفل في هذا المجال هو ان يتعلم كيف يستعمل كلمة "كلا" تجاه أي عرض يخالف مبادئ السلوك السوي التي يجب ان يسير عليها.

فالحقائق وحدها لا تحمي الطفل من التدخين مثلا ، اذا لم يكن على مستوى من القوة بحيث يرفض السيجارة التي يقدمها له صديقه، وكذلك الحال في اي ظرف اخر قد يكون المرء عارفا بمدى خطورته او بمدى مخالفته القانون او الدين او المبادئ والأخلاق. فحتى الأفراد الصالحون قد يقعون في مزالق الاثم اذا لم يكن لديهم مقدار كاف من الثقة بالنفس وقوة الارادة. وينطبق هذا الكلام بصفه خاصة على الاطفال الذين يجب أن يتلقوا دروسا مفصلة حول ما يستطيعون ان يقولوه او يعملوه لمواجهة الضغط الاجتماعي من رفاقهم في المدرسة او الحي، مع اعطائهم المبادئ الأساسية التي تمكنهم من اتخاذ اصدقاء جدد، وذلك اشباع حاجتهم الى الانتماء وابعاد شبح الخوف من الوحدة والعزلة، وهو عامل خطير لا ينكر تأثيره السلبي الذي قد يتغلب على رغبة الطفل بالاستقامة.

وبالإضافة الى مناقشة الاخطار والنتائج السيئة للانحراف عن جادة الصواب ، فان الابوين يستطيعان ان يزودا طفلهما بمجموعة من التعليمات التي تساعده على ان يتعامل مع الضغط الاجتماعي ، وذلك عن طريق مجموعة من العبارات التي يستطيع ان يواجه بها المواقف المحرجة المختلفة وفيما يلي امثلة على هذه العبارات :

- رجاء لا تضغط علي ولا تحرجني. انا لا اقترح عليك ما يجب ان تفعله، وبالمقابل فلا ضرورة لان تقترح علي ما يجب ان افعل.
- اذا كنت صديقي حقا ، فاعفيني من الحديث في هذا الموضوع. لقد سبق ان قلت لك كلا.

وكذلك فيجب عليك ان تساعد طفلك على ان يقدر الخيارات المطروحة امامه، وما قد تعينه هذه الخيارات ، وكيف يتنبأ بالأخطار المحتملة. اخترع مواقف نموذجية كأن تفترض ان طفلك قد وجد نفسه في حفلة كل من فيها مع اصدقائه يشربون السجائر، او ان الاصدقاء قد تجمعوا في بيت احدهم بعد المدرسة ، وبدأوا يدخنون. ناقش ما يستطيع طفلك ان يقوله أو يفعله ليتجنب مشاركتهم في فعلهم.

كما ان بإمكانك ان تقترح على طفلك ما يمكن ان يلجأ الى اتخاذه من أعذار منطقية. فبدلا من ان يشعر أصدقاؤه بمقدار انزعاجهم له ، فقد يكون من السهل عليه ان يقول : "آه لقد نسيت. ان امي تريد مني ان أساعدها في بعض أمور المنزل" او "عندي موعد مع طبيب الأسنان" او أي عذر اخر يكون صادقا وحقيقيا، فان تعذر وجود عذر تفصيلي، فلا مانع من اللجوء الى العذر العام الذي يصدق في كل الاحوال كأن يقول: " لقد وعدت ابي ان أعود الى البيت مبكرا". وحالما يصل الطفل الى البيت سالما، فبإمكانك ان تناقش معه كيف يمكن تبرير العذر الذي يمكن ان يقدمه في المرة المقبلة.

ومع ذلك فيبقى مثل هذا النوع من السلوك خطرا، بسبب ان المـــرء لا يضمن قدرته على مقاومة الاغراء في كل فترة وهو امر صعب جدا. لذلك فـان افضل طريقة يمكن اللجوء اليها لحماية الطفل تتمثل في تشجيعه على مقاطعـة رفاق السوء والبحث عن اصدقاء صـالحين يشـاركونه هواياتـه واهتماماتـه وطريقته في الحياة. ولا بد من الاعتراف بصعوبة الموقف في كـل الاحـوال. فليس من السهل مثـلا ان يرفض المرء عرضا مغريا. وكذلك فان من المؤلـم ان يفارق الفرد الجماعة ، وما يتبعها من شعور بالوحدة والمشقة التـي يعـاني منها في محاولاته الهادفة الى البحث عن صديق جديد صالـح ولكن مـا هـو الحل البديل للاستقامة التي تحتوي على هذه المشتقات؟ بل ما هو الثمـن الـذي يدفعه طفلك في الموافقة على عروض الانحراف؟ لماذا لا تسأل طفلـك عـن جواب مثل هذا السؤال؟

وهنا نقطة لابد من الاشارة اليها، وهي انه مهما اعطيت طفلـك مـن المعلومات والمعارف، ومهما ألقيت عليه من محاضرات وعظات ، فـان كـل جهودك تذهب أدراج الرياح ما لم تعطـه مثلا صالحا على قدوة حسنة يحتـذى بها ويهتدي بسلوكها. فما لم تكن انت ملتزما بنفسك مبادئ السلوك المسـتقيم ، فلن تلقى ارشاداتك من طفلك الا السخرية والشعور بالتناقض ، حتى ولو منعـه ادبه ان يعبر لك عن احساسه بذلك. ولا يكفي في هذا المجال ان يمتنع الاب عن التدخين بمفرده، فإن للصدق اثاره التي لا تخفى على الطفـل ، وان المراوغـة لا تأتي بأي خير على الإطلاق. أما اذا كان الأب ملتزما بالمبادئ التي يدعـو طفله إليها ، فان حديثه مع طفله يكون صادرا من أعماق قلبه، ويبـدو متمـيزا بحرارة الصدق ، وهو امر يتلمسه الطفل في حقيقة مشاعـره، ويشـكل اكـبر حافز يدفعه الى الالتزام الصادق عن رغبة وطواعية.

((الإدراك عند الطفل))

كم الساعة الآن ؟

فهم الطفل لفكرة الساعة مرتبط بالتطور الادراكي له وهـــذا التطـــور لا يتبلور الا في السابعة من عمره

معظم الأطفال في الرابعة من اعمارهم لا يصعب عليهم عـــادة تســـمية اليوم من أيام الأسبوع الذي هم فيه ، الا أنه يشق عليهم إدراك اسم اليوم الـــذي سيجدون أنفسهم فيه لدى صحوهم من نومهم.

ولو سئلت جماعة من الاطفال في هذه السن من عمرهم لأجابوا قـــائلين انهـــم يبلغون الرابعة من العمر ، ولكن بدون ان يكون لديهم واقعيا اية فكـــــرة عن طول السنة او قصرها حتى السابعة من العمر.

ان فهم الطفل لفكرة الساعة وكيفية تعاقب أيام الأسبوع ، هـــــو شـــيء يتطور تدريجيا، وهو محدد بمدى التطور الادراكي للطفل ومع انه قد يســـتخدم كلمات مثل "يوم الخميس القادم" او "في شهر حزيران" الا ان وعيــــه الحقيقـــي لمعنى التقويم والتوقيت يظل هشا الى ان يبلغ السابعة من عمره او نحو ذلك.

والمفاهيم المبكرة للطفل المتعلقة بالزمن تدور حول النقاط البارزة مـــن يومه ساعة تناول الطعام ، ساعة الإخلاد للنوم ، ســـاعة الاســـتحمام ، موعـــد زيارته لمنزل جديه، وهلم جرا.

وخلال سنوات ما قبل المدرسة يبدأ الطفل حفظ هذه المفـــاهيم حســـب تسلسل الايـــام ، ويأخذ في ادراك معاني كلمات مثــــل "قبـــل" و"بعـــد" و"اول" و"اخـــر".

وكثير من الاطفال البالغين الثالثة او الرابعة من العمر يصبحون متشبثين الى حد العناد باداء اعمالهم وفق ترتيب محدد لا يحيدون عنه: ارتداء ثياب النوم. ومعظم الاطفال في هذه السن لا يطيقون ابدا تدخل شخص كبير في هذا الترتيب. ان التمسك العنيد للطفل بهذا الترتيب انما يعكس وعيه لروح التتابع في حياته والطفل في الواقع يجعل من الاحساس بهذا الترتيب الزمني اساسا يقيم فوقه فهمه لمعنى فترات اطول من ذلك : "أمس" و"غدا" واخيرا ، "في الأسبوع القادم" و"في الشهر القادم" .

ومع ان الطفل قد يبدو عارفا للمفاهيم التي توصي بها هذه الكلمات، الا انه لا يصح الاعتماد على صدق معرفته الظاهرة هذه فمع انه قد يكون عالما انه سيؤدى عملا ما في "الاسبوع القادم" الا انه قد لا يكون قادرا بعد على ادراك طول الاسبوع فهذه المفاهيم التقويمية مثل "الاسبوع" او التتابع المعقد والدورات والمتعاقبة للايام والساعات. من الطبيعي ان الحياة تبدو اسهل لو استطاع الطفل معرفة التوقيت بالساعة واليوم. وكثير من الاطفال في سن ما قبل المدرسة يبدؤون في الواقع في ادراك توقيت بدء برامج الاطفال بالتلفزيون او معرفة وقت اداء الاعمال المحببة اليهم.

((طفلي يتأخر عن الكلام ما السبب))

طريقة الأطفال في الكــلام تثــير أحيانــا استغراب الأهل. فما هي الأسباب الكافيــة وراء الانحرافات اللفظية ؟

ان قضايا الكلام تثير عددا من الاشكالات التي تصعب الإجابــة عنـــها، لان الحديث ذو علاقة بعناصر كثيرة في الجسم والعقل، ويشتمل على وظـــائف دماغية وبصرية وسمعية ، وكل ما تتضمنه اللغة مــن المهارات اللازمة. كمــا ان تعليم الطفل الكلام يشمل تنمية قدرته على استقبال المفاهيم اللغوية، وعلـــى التعبير عنها بالوقت ذاته ايضا وبما ان الطفل يجب ان يسمع الاصـــوات لكـــي يكررها فان المهارات اللغوية الاستقلالية لا يمكن الاستغناء عنها فـــي عمليـــة النمو الطبيعي ، كما لا يمكن فصلها عن الوظيفة السمعية.

ان احد الامور المهمة التي يستطيعه الابوان ان يفعلاها هو ان يعمـــلا على وقاية طفلهما من الصعوبات المتعلقة بالكلام، وخاصة تلك التي تنشأ عـــن أمراض الطفولة المبكرة. ففي هذه الايام التي تتسم بكـــثرة العقـــاقير واثارهـــا الشفائية الرائعة ، فان التهابات الاذن الوسطى امر شائع بين الأطفال، وخاصـــة الذين لم يتجاوزوا السنة الثانية من عمرهم، وتصيب ٦٥% منهم ، ولا يقتصـــر اثرها على الآلام التي تسببها للطفل أثناء اصابته بها ، وانما تمتد الى مـــا بعـــد فترة العلاج، حيث ان السوائل المتخلفة عنها تبقى الى فترة طويلة من الوقـــت تاركة اثارها السلبية في تخفيف السمع الى حد إعـــاقة نمـــو الطفـــل، بســـبب تشويشه على عملية اكتساب المهارات اللغوية.

وعلى هذا فيجب ان يخضع الطفل بعد شفائه من التهاب الاذن الى الاختبارات الرامية الى التأكد من خلو الاذن الوسطى من السوائل المتخلفة، وذلك بشكل دوري كل ستة اشهر. ذلك ان الوقاية من العيوب الكلامية واللغوية يعتمد، الى حد بعيد، على السماع الجيد خلال السنوات الاولى القليلة من الحياة.

ويستطيع الابوان ان ينتبها الى اضطرابات السمع المتوقعة في الاطفال الذين هم دون الثانية من العمر، وذلك عن طريق ملاحظة وجود احد انماط السلوك التالية :

- قد يكون طفلك قادرا على سماع بعض الاصوات مثل رنة التلفون ، وعاجزا عن التعبير عنها.
- التأخير اللغوي وهو ظاهرة تتسم بالبطء الواضح في اكتساب نمو المهارات اللغوية المتعلقة باستيعاب الأفكار والتعبير عنها ، وعلى هذا تتفاوت فترة العمر التي يبدأ فيها الأطفال بتعلم الكلام، علما بان الفترة الطبيعية لذلك هي بين العشرة اشهر والسنتين. فاذا تأخر طفلك عن تعلم الكلام الى ما بعد هذه الفترة،فقد يكون هذا دلالة على اضطراب لغوي بحاجة الى علاج.

- الحبسة الكلامية : وهي ظاهرة تتميز بفقدان اللغة نتيجة لتلف دماغي او صدمة نفسية.

- فقدان القدرة على التعلم : وتحتاج هذه الظاهرة الى مزيد من التحديد الواضح، حيث انها تشير الى عجز عن التعامل مع اللغة، والى النقص الواضح في تفهم المنبهات التي تتلقاه عيناه واذناه.

- اختلاف اللفظ : وتشير هذه الظاهرة الى الطريقة التـي تتشـكل بـها الاصوات، وتتصـل ببعضها بموجبها ومن العيوب الشـائعة فـي هـذا المجال عجز الطفل عن النطق بحرفي الراء والضاد حيث يلفظهما لامـا ودالا كان يقول "لمدان" بدلا من "رمضان" ولكن اضطرابات النطـق قـد تتعقد اكثر من ذلك كأن يقول الطفل "اسكبتوت" بدلا من "توت".

- التأتأة او الفأفأة : وهي تدل على انقطاع في تدفق الانسجام الكلامـي ويذكر ان كثيرا من الاطفال يعانون من نقص في الطلاقة في مرحلة مـا قبل المدرسة ، وهي تزول بشكل طبيعي فيما بعد وعلى كل حال ، فـان الخبراء ينصحـون ان يستشير الابوان اخصائيا لمعرفة مـا اذا كـانت التأتأة ظاهرة مرحليـة او انها بحاجة الى علاج. ولا بد ان نشـير الـى اهمية الاكتشافات المبكرة للمشكلة في جميع المظاهر المتعلقـة بـالكلام واللغة، بحيث يتم علاجها قبـل ان تسـتفحل، وقبـل ان تـترافق مـع المضاعفات الناجمة عـن تأخر العلاج. ويلعب الابوان دورا رئيسيا فـي هذا المجال ، وكذلك المعلمون والمـدراء فـي الحضانـات والمـدارس الابتدائية.

ويستطيع الابوان ان يعملا علـى اكتشـاف الاضطرابـات اللغويـة والكلامية في مرحلة مبكرة، وذلك عن طريق ملاحظة الامور التالية :

- **في سن الثالثة** : هل ما يزال طفلك يستعمل اشارات اليدين وايمـاءات العينين اكثر من الكلام؟

- **في سن الرابعة او الخامسة**: هل يعاني طفلك مـن صعوبـات تتعلـق باستيعاب تسلسل الاحداث في قصة ما ؟ أو يقول كلامـا غـير واضـح

احيـــانا ؟ او هل عاجز عن ربط الاشياء بالوظائف التي تؤديـــــها مثــل المشط والشعر ؟

هل تلاحظ فرقا كبيرا بين النمو اللغوي والكلامي لطفلك عن رفاقه.

في مثل هذه الاحوال يجب ان يخضع الطــفل الى فحـــص يجريـــه لـــه الطبيب الاخصائي لتقرير ما اذا كان الاشكال سينتهي لوحده ام انه لابـــد مـــن التدخل العلاجي. اما سوء اللفظ فهو مصدر اخر للقلق لدى الابـــاء والامـــهات بسبب عجز الطفل عن استعمال الالفاظ الواضحـــة. ولكن معايير النمو تشـــير الى وجود بعض الاصوات المعينة التي تتسم بصعوبة اللفظ، والتي قـــد يتـــأخر الاطفال في الاعتياد عليها. فالطفل على سبيل المثال يستطيــــع التمكــن مـــن حرفي الميم والنون في مرحلة مبكـــرة منذ سن الثالثة. امـــا الحرفـــان الـــلام والراء، فمن المتوقع ان يتمكن الطفـــل منهما في اية فترة بين الثالثة والسادســة من عمره، بينما يتأخر في التمكن مـــن حرفي السين والزاي حتـــى الســـابعة. ولذلك فلا داعي لان يقلق الابوان كثيرا بشأن هذه الامور. وفي مواجهة المـــهام الجديدة المتعلقة بتعلم الكتابة، فقد يعتمد الطفل الى حـــد بعيد علـــى معلوماتـــه اللغوية والكلامية السابقة.

ولذلك فاذا طفلك قد عانى من بعض الصعوبات المعينة في تعلـــم لغـــة الكلام خلال السنوات العديدة الاولى من عمره، فمن المحتمل بنسبة كبيرة انـــــه سيعاني من صعوبـــات كبيرة في القراءة. وفي هذه الحالة لابـــد مـــن ابـــلاغ المدرسة بذلك حتى يكـــون بامكانها مراعاة هذا الفارق الفردي الـــــذي يمـــيز الطفل عن رفاقه.

((النطق عيوبه وعلاجه))

النطق، عمل باهر معقد لا يقدر عليه أي كائن سوى الانسان فلكي يتكلم الانسان لا بد من وجود العقل المفكر الواعي الناضج.ان أكثر من مائة عضلة تشترك في النطق بكلمة واحدة بسيطة.. واي خلل في احداها يصيب الانسان بالتهتهة واللعثمة، ويصبح غير قادر على النطق السليم.

سبحان الخالق الأعظم في نعمه ...

كيف يخرج الصوت؟

الكلام او النطق عادة يصدر من الحنجرة، وتعمل بمساعدة الفم والحلق والقصبة الهوائية والرئتين والمزمار وذلك بدفع الهواء الى الحبلين فيحدث الصوت، وعند الصمت تحرك عضلات الحنجرة غضاريفها الى الخارج فتمسك بحبلي الصوت على جانب الحنجرة فلا يتعرضان للتنفس...

ويتكون الكلام من شكل اختلاف حجم الفم والحلق عن تحرك عضلاتهما بتحرك اللسان كذلك، وبعد ذلك تبدأ الحروف المتحركة من الحلق يشكلها الفم واللسان. ولكي يخرج الصوت من أعضاء الكلام، فإنه يرسل لبعض خلايا المخ على شكل اشارات تختار الكلمات والجمل المناسبة تم ترسل إشارات اخرى الى مراكز اخرى بالمخ لتحديد سرعة وقوة النطق ثم تقوم جميع هذه المراكز بإرسال إشارات كهربية عبر الأعصاب بالحركة الى عضلات الصدر والحنجرة والرقبة والفم وللسان والشفتين، لتعمل جميعاً في وقت واحد لاخراج الكلام... وكل هذه العمليات العقلية والعصبية والحركية لا تستغرق اكثر جزءاً من الثانية. يكون بعدها الكلام جاهزا ومنطوقاً عند طرف اللسان.

وهناك حاسة اخرى هامة وضرورية مرتبطة بـالنطق ارتباطاً وثيقاً وبدونها لا يستطيع الانسان النطق او الكلام. هي حاسة السمع، وتظهر خطورتها عند الاطفال، فمثلاً اذا حدث وكان احد الأطفال أصم فلن يعرف الكلام، ولن يعرف النطق بها ويظل أبكم لا يتكلم الى ان يعالج في أحد المراكز المتخصصة. ان عدم المقدرة على النطق السليم ظاهرة قاسي منها الانسان منذ القدم حتى الآن وكلنا نعرف من قصة سيدنا موسى عليه السلام انه كان يعاني صعوبة في النطق السليم، وكان يدعو الله عز وجل في كل وقت أن يخلصه من هذا العيب فهناك عدة أمراض وعلل تؤثر على النطق السليم أو تسبب عيوبا فيه وأهم هذه الأمراض هي ما تصيب المخ ومراكزه المرتبطة بعملية النطق والكلام .. فنجد ان فاقدي العقل والإدراك والمتخلفين عقليا لا يتكلمون ، وإذا نطقوا لا يكون لكلامهم معنى مفهوم أو لغتهم واضحة ، كما أن فاقدي الوعي نتيجة الإصابة بمرض أو تعاطي خمرا أو مخدرات لا يستطيعون الكلام السليم ويجدون صعوبة كبيرة في التعبير عما يريدون. وهناك ايضاً المتاعب النفسية والاضطرابات العاطفية التي تنشا عن بعض العقد النفسية والتي لا يكون وراءها سبب عضوي أو مرض. فتؤدي جميعها الى عيوب في النطق كالاصابة باللعثمة والتهتهة أو فقدان اجزاء من الكلام أثناء النطق.

وهناك ايضاً الأمراض التي تصيب الأعصاب الحركية والعضلات المحركة للصدر والأحبال الصوتية وتجويف البلعوم والفم والأنف، ومتاعب أعضاء الكلام كالحنجرة والبلعوم والأسنان والجيوب الأنفية – وكلها تسبب عيوباً في النطق أو الكلام. ولكثرة العيوب والمشاكل التي تظهر في عملية الكلام وسلامة النطق فإن الأطباء يقسمون تلك العيوب الى مجموعات مختلفة

منها التي تنشأ من اضطرابات المخ والجهاز العصبي.. وتسمى بالاضطرابات الكلامية. وأخرى من أمراض الجهاز التنفسي والحنجرة وتسمى بالاضطرابات الصوتية وهي التي تحدث من عيوب أو أمراض في الفم، أو الاسنان، أو اللسان، أو السقف للحلق أو الأنف، وتسمى بالاضطرابات التركيبية.

* حرف الراء مشكلة

عادة تنقسم امراض الكلام او النطق الى نوعين، أحدهما وظيفي والأخر عضوي أو ما يسمى بأمراض النطق العضوية وأمراض النطق الوظيفية.

ففي الحالة الأولى يوجد خطأ أو عيب في عملية انتاج الصوت السليم، ولكن مع عدم وجود سبب عضوي أو تشريحي أو عصبي.

وأما الحالة الثانية فيندرج تحتها العيوب أو الأمراض التي تنتج من سبب عضوي أو عصبي.

* اللثغة: وهي عبارة عن ظهور خطأ في نطق حرف او أكثر"ولا يكون ذلك نتيجة سبب عضوين ومن أمثلة اللثغة نطق الراء "و" والسين "ث" وهي ظاهرة منتشرة الى حد ما في المجتمع. ولقد أكدت الدراسات الصوتية على أن خطأ نطق السين "س" غير مرغوب فيه بينما ينظر البعض الآخر الى ان اللثغة في نطق "الراء" أنها تعطي أهمية ومستوى أفضل ومن ثم نجد ان الكثيرين لا يرغبون في التخلص من هذا العيب وبخاصة عند الفتيات.

كما يلاحظ في اللثغة عدم وجود تمييز بين حروف الكاف والتاء من جهة، والجيم والدال من جهة اخرى، وهذه الحالة تظهر بوضوح عند الطفل المتقدم في السن نوعاً ما، وهذا يرجع الى عدم القدرة على التفريق بين الأصوات الأمامية والخلفية.

والعلاج : يتركز في طريقة محاولة التغيير في السلوك النطقي لأجل النطق السليم صوتياً ولفظيا وقد يكون العلاج عضوياً ومن ثم نجد أن الشخص المصاب باللثغة يحتاج الى اجراء جراحة تجميل في الأسنان أو الفك كخطوة أولى للعلاج وأما المرحلة الثانية من العلاج فإنها تتم في صورة برنامج تدريبي محدد يتكون من جلستين اسبوعياً، ويتراوح ما بين ١٥-٣٠ دقيقة في الجلسة الواحدة ويشترط لنجاح البرنامج ان يكون التدريب فردياً وأمام مرآة حتى يستطيع الشخص ان يعرف بالصورة طريقة النطق الخطأ والسليم للتمييز بينهما بمعاونة المدرب المعالج، ومن ثم يمكن للشخص معرفة طريقة النطق السليم.

ويشترط أن يكون التدريب تدريجياً فيبدأ من حركة الصوت الى مقطع، ثم الى كلمة، فجملة ثم الى القراءة البسيطة ويمكن القول أن تصحيح عملية النطق يتطلب من ٧-١٢ جلسة. ولا بد من الاشارة الى ان تقدم العلاج يختلف من نوعية الحرف الى آخر، ونوعية المريض ايضاً طالما كانت لديه الرغبة والحماس في التخلص من هذا العيب.

التلعثم: ان التلعثم عيب نطقي في سرعة وايقاع الكلام أو في طلاقة الكلام المسمى بالتلعثم. والذي يأخذ عدة صور منها اطالة صوت معنيين او التكرار، أو التوقف، أو ادخال بعض من المقاطع، أو تداخل الكلام في بعض أو زيادة ملحوظة في سرعة الكلام مع إخراج كمية كبيرة من الهواء أثناء الكلام.

والتدريب الصوتي لعلاج حالات التلعثم ... تكون أولاً بتهيئة الجو المناسب لمثل هؤلاء الأشخاص المصابين بالتلعثم، لما يعرف منهم من خجل

وحساسية شديدة يساعد على تقليل الضغط العصبي وغيرها من التغيرات النفسية التي تظهر في ملامح وجوههم.وهذا بدوره للشخص المريض. وأيضاً يعطي المريض الثقة بالنفس، ويشترك في جلسة التدريب أن ينطق الشخص المريض الحركة التي تلي الصوت الأول في صعوبة وهذا يكون في بادئ الأمر بطريقة علانية، ثم يبدأ بعد جلسة أو أكثر ينطبق ببطء وقوة وسهولة أو تكرر العملية، وبعدها يدخل المعالج مرحلة التحدث والحوار مع هؤلاء الأشخاص المصابين بالتلعثم ثم بعد ذلك يتركهم المعالج يتحدثون فيما بينهم بطريقة شخص يسأل وآخر يجيب، وهكذا ... الخ.

ثم ينتقلون الى مرحلة القراءة من مجلة أو كتاب بصوت عال مرتفع لأنه مفيد في هذه الحالات.

الخنف: انه نتيجة وجود عيب في الرنين الأنفي، وهذا يأخذ صورتين اما زيادة أو نقصان، فالأول يكون نتيجة وجود شق في سقف الحلق أو قصر الحنك أو ضعف عضلاته أو نتيجة وجود الحنك الناعم بوظيفته في التحكم في مرور الهواء بالنسبة للأصوات الأنفية أو الأصوات الفمية ولذا يصاحب جميع الأصوات رنين أنفي زائد وتحتاج الى قوة دفع في مجرى الهواء مثل حروف "الكاف" والجيم "والقاف". وهذا الخنف يسمى بالخنف المفتوح.

وأما في الحالة الثانية فإنه يحدث بسبب غلق في مجرى الهواء الذي يؤدي إلى الأنف وذلك اما نتيجه وجود لحمه انفيه وتضخمه او التهابات في الجيوب الانفية أو في الحاجز الانفي ، أو ان يكون الحاجز معوجا . ويظهر هذا الخنف الأنفي في الأصوات الأنفية ، ومثلا عند نطق حرف الميم "م".

وهذا النوع يسمى بالخنف المغلق . وهناك نوع ثالث يكون خليطا من النوعين الأول والثاني ...

والعلاج يكون جراحيا لتجميل الشفتين مع تجميل اللهاة وسد سقف الحنك ومحاولة تغيير السلوك الكلامي لدى الطفل أو الشخص البالغ مع التركيز على نطق السواكن التي تحتاج الى قوة وضغط دافع الهواء في التجويف الفمي للأصوات وبخاصة الكاف والجيم .

وكذلك تمرين تحريك الشفتين والفكين واللسان مع التدريب المستمر على الأشياء التي تحتاج إلى قوة في النفخ أو الشفط مثل اطفاء الشمع بقوة واستعمال الشفاطة في شرب السوائل والغرغرة بالماء .... واستعمال الصفافير ، ونطق صوت الخاء والشين بطريقة مستمرة ، وحث المريض على التخلص من عادة نطق بعض السواكن من الحنجرة أو الحلق ، مع التخلص من عادة التعويض الأنفي في النطق بصفة عامه ....

البحة : نعني بأمراض الصوت انحرافا أو تغييرا في الصوت عن الشكل الطبيعي ، وتعتبر البحة من الامراض الشائعة والخاصة بامراض الصوت ، وهناك ايضا ما يسمى بالبحة الصوتية المزمنة الخاصة بالأطفال ، وترجع البحة أو غياب الصوت الى عدم حدوث تقارب بين الثنايا الصوتية أثناء عملية الكلام، أو لحدوث صدمة عصبية شديدة نتج عنها احتباس الصوت .

وترجع اسباب البحة ايضا الى سوء استخدام الصوت من صياح وهياج بصوت عال أو التحدث بطريقة غير سليمة مجهدة وبخاصه عند بعض المدرسين أو المغنيين . وكذلك بسبب ازمات البرد المتكررة . والتهابات الحنجرة المزمن، وبعض امراض الصدر ، وكذلك الحالة النفسية والعصبية. وكل هذه العوامل تحدث تأثيراتها على الأحبال الصوتية من لحميات ، وعقد ونتوء ، واكياس وانتفاخات.....الخ.

وهناك نوع آخر من عيوب الصوت وهو ما يعرف بالصوت المـــزدوج، وهذا يظهر بشكل واضح بعد سن البلوغ أو في مرحلة المراهقة .

والعلاج في بادئ الأمر باستخدام المضادات الحيوية ولكـن بالنسبـة للحمية أو العقد العلاجية كانت بسيطة وعن طريق استخدام التدريب العلاجـي الصوتي يمكن أن تختفي تدريجيا ، وكما يتطلب من الشخص المصـاب عـدم التدخين والتحدث بصوت عال وتخفيف حدة النزلات الشعبية الحادة والبرد .

وأما في حالة تضخم هذه العقد واللحميات فان الامـر يتطلـب اجـراء الجراحة العـلاجية العاجلة اللازمة لإزالة هذه الأورام التي ربمـا ان تكـون حميدة أو أن تكون خبيثة .

ففي حالة الأورام الحميدة سيستأصل الجزء الزائد ، وامـا فـي الأورام السرطانية أو الخبيثة فقد يستأصل الوتر الصوتي أو الحنجرة نفسها .

أما عن التدريب الصوتي ونعني به التدريـب علـى التنفـس بالطريقـة الصحيحة " في أن يكون التنفس من البطن وليس من الصدر "ثـم البـدء فـي التحدث بمقاطع صوتية يصحبها إيقاع معين ثم يتدرج إلى الكلمة ثم الى الجملـة ....الخ .

((الصمم عند الأطفال سببه عسر الولادة))

الصمم الخلقي الذي يصيب حديثي الولادة أحد المشـــاكل التـــي تواجــه الطبيب ، وتحتاج منه الى مجهود كبير للوصول الى التشخيص الســـليم ، ثــم علاجه قبل أن يستفحل المرض.

وتكن خطورة هذا المرض في تأخر أو عدم قدرة الطفل على النطـــق .. مما يشكل عائقا يحجبه عن المجتمع، فيعيش معزولا عن العـــالم لا يســمع ولا ينطق .

وقدر العلماء نسبة الإصابة بهذا المرض بواحد لكل ألف طفـــل حديــث الولادة، وهي نسبة كبيرة، وترتفع هذه النسبة في الدول النامية، حيث ينخفــض الوعي الطبي والرعاية الصحية .

وهناك عدة أسباب للصمم الخلقي ، ولكن وجد أن أكـــثر مـــن نصــف الحالات ، كانت نتيجة لتعرض الطفل لظروف سيئة في بدايـــة حياتــه، مثــل الالتهابات الفيروسية والولادة العسرة.

وفي البحث الذي أجراه الدكتور شريف جبر إبراهيم – مـــدرس الأنــف والأذن والحنجــرة بكلية الطب جامعة القاهرة ... استطاع أن يثبـــت التـــأثير الضار لبعض الأمراض التي تصيب الأطفال في الأذن الداخلية وبالتالي علـــى حاسة السمع. ودرس الباحث التغيرات التي تحدث في الأذن الداخلية للأطفـــال المصابين بعديد من الأمراض ومنها الالتهابات الفيروسية والبكتيرية .. وكذلــك في الأطفال المولودين لأمهات مصـــــابات بمـــرض الســكر ... والأطفـــال المولودين بعد ولادة عسرة ، والمصابين بمرض الصفراء (اليرقـــان) والذيـــن تعرضوا لنقص نسبة الأكسجين في الدم لأي سبب من الأسباب .

وقد تم أخذ عينات من الأذن الداخلية لــ١١٥طفلا، تم فحصها بالمجـــهر لاكتشاف التغييرات التي تحدث نتيجة لهذه الأمراض وأتم هذا البحـــث بـــالعدد الكبير للحالات المدروسة ، بالإضافة إلى أخذ عينات من الأطفـــال ، حيـــث أن معظم الأبحاث السابقة كانت تتم على حيوانات التجارب .

وقد أثبت الباحث أنه في حالات الالتهابات الفيروسية والبكتيريـــة التـــي تصيب الأطفال ، تحدث تغيرات مرضية في خلايـــا "جهاز كورتي" المســـئول عن السمع كما يحدث ضمور في عصب السمع ، مما يســـبب الصمـــم. وفـــي حالات الأطفال المولودين لأمهات مصابات بمرض البول السكري، وجد نزيفـــا بالأذن وضمور في عصب السمع في حالات نقص الأوكسجين. وعلـــل ســـبب الصمم الذي يحدث في حالة الإصابة بمرض الصفراء، أنه نتيجة لترسب مـــادة الصفراء في بعض خلايا المخ ، مما يؤثر على حسن استقبال المـــخ للنبضـــات العصبية التي ترسلها الأذن. وحول ســـؤال عن الفائدة العملية التي اســـتخلصها من هذا البحث ، وعن النصائح التي توجـــه للوالدين لمنـــع إصابـــة أولادهـــم بالصمم الخلقي. قال إن هـــذا البحث أوضح لنا الكثير من المضاعفـــات التـــي تحدث من بعض الأمراض الشائعة ، والتي تؤدي إلى عواقب وخيمـــة تـــؤدي بدورها إلى فقدان السمع كليا". لذلك أنصح الآباء والأمهات بســـرعة استشـــارة الطبيب ، وعلاج أي أمراض تصيب الطفل في مراحل عمره الأولى خوفا مـــن تأثيرها على السمع ، ويجب على الآباء والأمهات ملاحظة اســـتجابة أطفالـــهم للأصوات المحيطة بهم ، وقدرتهم على الالتفات لمصدر الصوت في الشـــهور الأولى من حياتهم ، وملاحظة تطور قدرتهم على الكـــلام لأن الطفـــل الأصـــم سوف يعاني من مشاكل تأخر وانعدام النطق.

((ولدي بدأ يكتب.....))

إذا أخطأ طفلك لغويا وهو يكتب عبارة ذات معنى ، فلا تحنقي أو تتوتري. على العكس عن ذلك ، أشعريه بأنه حقق إنجازا وشجعيه على المضي في هذا الاتجاه .

مزق ابني ورقه من دفتره ، وكتب عليها عبارة سريعة، ثم سلمني اياها بكل فخر وقال: أمي اقرئيها. فما كان مني إلا ان نظرت الى الورقه بوجوم، وأنا لا أدري كيف أتصرف. فقد كانت الورقة تتضمن العبارة التالية : (وفي يوماً من أيام هبت عاصفتن). كنت شديدة الرغبة في ان اشجع طفلي ، ولكن هذه الورقة تحتاج الى تصحيح حازم للأخطاء التي وردت فيه ، سواء في مجال النحو أو الإملاء ؟

الجواب : لا ذلك أن المبنى في عمره هذا ليس مهما بقدر اهمية المعنى. فعبارة (في يوما من أيام هبت عاصفتن) ومعناها " في يوم من الأيام هبت عاصفة على المدينة " لهي دليل على مقدار معقول من التقدم الحقيقي الذي أحرزه الطفل بشكل صحيح لاحظي النواحي التالية :

١- تذكري الطريقة التي بدأ بها طفلك الكلام : فانك لم تعلميه كيف يتحدث، ولكنه علم نفسه بنفسه. أما أنت فقد علمتيه أشياء كثيرة أفادته في أثناء التعليم ، ولم تكوني مضطرة الى التفكير بها أو القلق بشأنها بل أتت بشكل طبيعي وغير مقصر.

فوجود الطفل بين أناس يتكلمون يبدأ محاولاته الراميه الى تقليد الأصوات التي سمعها . وعندما كان يقول شيئا ذا معنى ، فانك كنت تمدحينه ، ولم يكن مديحك له لوحده، بل ربما كنت تعانقينه أو تقبلينه. ولم تكوني تنزعجين اذا ما

نادى لعبته في بعض الأحيان "ماما" ولم يخطر ببالك ان ترسليه الى اختصاصي في معالجة عيوب النطق اذا اشار الى بيت ثم قال:" تيت هلـــو" يقصـــد "بيـــت جميل". طبعا لم تكوني تصـــرين على تصحيح جملة اذا مـــا قالـــها بطريقـــة مغلوطة، ولم تكوني تنزعجين مـــن ذلك، ولم تكوني تلقي عليه محاضرة فـــي كيفية النطق بالكلمات. وعلى العكس من ذلك تماما ، فقـــد كنـــت ولا تزاليـــن تنظرين الى عباراته التي يقولها باعتبارها محببة وظريفة ، وليس ذلك فحســـب بل انـــك تعيدين روايتها وتكررينها بافتخار أمام الأقرباء والأصدقاء.

إنك أبدا لا تخافين عندما يرتكب طفلك بعـــض الأخطـــاء اللفظيـــة ، ولا تخشين من تأصل هـــذه الأخطاء في طريقة تحدثـــه. ولذلـــك فـــإنك تســـمحين لطفلك أن يعبر عمـــا في نفسه بحرية وطلاقة مـــع انتبـــاهك الـــى نجاحاتـــه وانجازاته والتغاضي كلية عن أخطائه . اتبعي نفـــس الطريقـــة تمامـــا عندمـــا تحاولين أن تعلمي طفلك الكتابة .

٢- انظري إلى عمله بجدية كاملة :

فإن وراء تلك الورقة المليئة بالأخطاء تكمن فكره عظيمة . وهذه الفكـــرة لم يتم التعبير عنها بأسلوب جميل، حتى أنها غير مقروءة ولكن الفكرة مع ذلـــك موجودة في ذهن الطفل تفرض كيانها في داخليته بشكل نابض بالحياة .

وإن أي كاتـــب أو مؤلف ، مهما تكن درجته من الكفاءة الأدبيـــة ، فقـــد تكون لديه فكره عظيمة خلف كلماته ، ولكن المشكلة هي ان الصوره الذهنيـــة غالبا ما تتشوه عنـــد ترجمتها الى كلمات على الـــورق، حتـــى أن المحـــترفين أنفسهم كثيرا ما يعانون صعوبة في مواجهة هذا الموضـــوع. وبمـــا ان طفلـــك صغير ، فإنـــه بحاجة الى كثير من التشجيع ليستمر في محاولاته فـــي ســـبيل

تحقيق التعبير السليم . عامليه بلطف واهتمام واياك ان تقللي من قيمة جـــهوده الرامية الى الاتصال بالورق والقلم .

٣- اطلبي منه ان يقرأ عليك قصته:

فإن عجزك عن فهـم العلامات المكتوبة على ورقته قد تعنـــي الفشـل. ولكنه عندما يقرأ قصته بصوت عال فان معناها يصبح واضحا .

٤- المضمون أهم من القالب : ان الهدف من الكتابة هو نقـــل المعـــاني وعلى هذا فإن مهمة الكاتب الأولى هي تصور المعنى بوضوح في ذهنه فـــان عبارة " في يوم من الأيام هبت عاصفة على المدينة " ليســـت مجموعـــه مـــن الكلمات العشوائية التي وضعت مع بعضها كيفما اتفق ، وانما هي جمله مفيـــدة ذات معنى حقيقي. ومع أن " في يوما من أيام هبت عاصفتن " تحتـــوي علـــى أغلاط نحوية واملائيه " الا انها من حيث المقصود الأساسي صحيحة .

ركزي على المعنى الذي يريد ان يقوله طفلك ، واطلبي منه ان يخـــبرك بالمزيد عن العاصفة التي أتت على المدينة، قبل ان تذكري له قواعد النحـــو أو الإملاء. وتـــذكري حالتك النفسية وشعورك الذاتي عندما تحـــاولين أن تـــروي قصه ما، فربما وتتعرضين لمقاطعة الغير بسبب تصليحات لفظية .

٥- ركزي على النواحي الإيجابية : ان عبارة " في يوم من ايـــام هبـــت عاصفتن " ليست سيئة جدا كما تبدو للوهلة الأولى انظـــري جيـــدا ، وســـوف تلاحظين ما يلي :

- ان ثلاث كلمات على الأقل قد كتبت بشكل صحيح: في، من، هبت.
- معظم الأحرف في الكلمات الأخرى صحيحة.

• ترك الطفل فراغات بين الكلمات الأخرى صحيحه ، ولـــم يصلـــها ببعضها ما عدا الكلمتين "على المدينة" وقد ظنها الطفل خطأ كلمة مركبة، وهـــي غلطة مبنية على التركيب المنطقي الخاطئ.

والآن وبعدما درست بشكل كامل ورقة طفلك ، تحدثي معه عن الأمـــور الصحيحة في عبارته، وتجاهلي أخطاءه.

٦- عبري لطفلك عن تقديرك لورقته، وذلك ببعض التصرفات التي تـدل على استحسانك لها كأن تعلقيها على باب الخزانة، وتضعيها في محفظتك علـــى سبيل الاعتزاز ان مثل هذا التصرف يشعر طفلك بتجاوبك معه .

٧-القراءة تساعد الكتابة: كما ان الاستماع هو الطرف المقابل للكــــلام ، فأن الكتابة هي الطرف المقابل للقراءة . وأن طفلك قد تعلم الكلام لأنـــه كـــان يستمع الى الاخرين وهم يتكلمون، ان يقلدهم، علما بأن الطفل الذي يســـمع الا قليلا من الحوار يتأخر في تعلم الكلام. وهذا ما يحدث بالضبط بالنسبة للطفـــل ذي الاتصال المحدود بالكتب ، فان تعلمه للقراءة والكتابة يكون بطيئا .

ومن السهل معرفة الطفل ذي النشاطات المتعلقة بالقراءة . فقد تتسلل الـــى حديثه عبارة مثل (كان ثمة مرة خروف يختلف عن غيره) فمثل هذه العبارة لا تستخدم أثناء الكلام العادي وانما تستخدم اثناء كتابة القصص.

وعادة ما يرغب الطفل في كتابة قصة كمحاولة لاعـــادة شـــئ مـــا مـــن معلوماته . وفي هذه الحالة اياك ان تنتقديه أو تتهميه (بالانتحال) أو تحذيره من النقل من الاخرين ولا تحاولي ان تفرضي عليه في هذه المرحلة اتباع أســـلوبه الشخصي ، فإن استعمال النماذج المألوفة في الكتابـــة يســـاعد علـــى معرفـــة التراكيب اللغوية والتمكن منها ان الكتب لا تفيد الطفل في تعلم القراءة فحســـب،

وان تساعده أيضا على إتقان الكتابة. وبإمكانك في هذه المرحلة ان تقدمـــي لـــه الكتب التي تناسب مستواه ، بحيث توسع ثروته اللغوية ، وتعطيه فكرة مبدئيـــة عن قواعد النحو والإملاء .

٨- شجعي طفلك على الكتابة بطلاقة : ان كتابة طفلك للقصـــص فكـــرة جيدة ، ولكن لا تهملي الأمور الأخرى التي يمكن ان يمارس الكتابة من خلالها، مثل كتابة قائمة المشتريات أو (الأمور التي يجب أن أفعلها اليـــوم) أو كتابـــة رسالة صغيرة الى عمه مثلا ، فان مثل هذه الأمور ذات فائدة مزدوجة.

٩- لا تقارني بين كتابة طفلك وكتابات المحترفين. فليـــس كـــل منـــا يستطيع ان يكون بعبقرية العقاد ، وليس لدينا من الجينات الوراثية مـــا يؤهلنـــا لذلك ، ولكننا نستطيع ان نتعلم التعبير عن افكارنا بوضوح على الورق، وهـــذا هو الهدف الذي يجب ان نسعى اليه .

١٠- تجملي بالصبر والثقة بالنفس، فان تعلم الكتابة عملية تتطور ببـــطء تدريجي وعلى مدى تطور الطفل نفسه. ومن المستحيل تسريع عملية التعلم عـــن طريق الضغط المتواصل ومحاولـــة إلزام الطفل بأن (يكتب بشكل أفضـــل) أو أن (يجتهد اكثر). فان الإفراط في التأكيد على هذه الأمور يصرف الطفل عـــن تركيز انتباهه على هذه الأمور كما يصرف الطفل عن تركيز انتباهه على مـــا يريد أن يعبر عنه .

خذي بيد طفلك بلطف وشجعيه بدون مبالغة وكونـــي هادئـــة وأعطيـــه الفرصـــة لكي ينضج بشكل طبيعي ، وسوف تدهشك النتائج التـــي ســـتحصلين عليها فيما بعد.

((طفلك في يومه الأول بالمدرسة))

في كل عام يبدأ الملايين من أطفالنا في الالتحاق بالمدارس لأول مرة في حياتهم ، وكذلك يعود أعداد كبيرة من أبنائنا إلى استئناف الحياة الدراسية بعد الإجازة الصيفية التي تمتد عدة شهور .

وبالنسبة للطفل الصغير سواء كان ذهابه للمدرسة لأول مرة في حياته أم انه عائد من الإجازة الطويلة .فان الذهاب للمدرسة وخاصة في اليوم الأول يمثل خبرة نفسية غاية في الحساسية والأهمية وجديرة باهتمام الآباء والأمهات والمعلمين والمعلمات .

إن ذهاب الطفل للمدرسة لأول مرة في حياته يمثل انتقالا كبيرا من حياة الأسرة إلى نوع آخر من الحياة ، والمعروف أن مراحل الانتقال في حياة الفرد مراحل حرجة يتعرض فيها الفرد للأزمات والتوترات والانفعالات الحادة. ولذلك لم يكن غريبا أن ينتحر طفل في سن السادسة ، بأن يقفز من شرفه المدرسة بالقاهرة في أول يوم يذهب فيه إلى المدرسة فلم يحتمل فراق أمه وقفز وراءها .

إن الذهاب للمدرسة بالنسبة للطفل يمثل حدثا هاما وتغيرا كبيرا في نمط الحياة التي اعتادها لمدة ست سنوات فالطفل في المنزل يتمتع بنوع من الحياة الأسرية التي تختلف عن الحياة في داخل المدرسة .فالطفل في الأسرة يتمتع بحنان الأبوين ورعايتهما وتقتصر علاقته الاجتماعية على عدد محدود من الأخوة والأخوات ، أما في المدرسة فان نمط العلاقات الاجتماعية يتغير، حيث تتمتع دائرة معارفه وأصدقائه وزملائه الذين عليه أن يتفاعل معهم .

إن ذهـــاب الطفل للمدرسة يمثل تغيرا كبيرا في بيئة الطفل الاجتماعيـــة وهذا التغير في الجو المحيط بالطفل الذي ألفه لمدة طويلة يحتاج إلى كثير مـــن الرعاية والحمـــاية حتى يتكيف مع الحياة الجديدة فهو يحتاج إلـــى كثـــير مـــن الرعاية والحماية .

والطفل في يومه الأول يجد نفسه وسط أعداد غفيرة مـــن الغربـــاء مـــن الأطفال ومن الكبار ، ومن شأن مثل هذه الخبرة أن تبعث في نفســـه الخـــوف والقلق والـــرهبة ... والإنسان دائما يخاف مـــن المجـــهول ، وازاء تصورنـــا قصور خبرة الطفل المحدودة فإننا نشعر ما يشعر به من خوف وتهيب ...

الطفـــل فيما قبل المدرسة كان يحيا حياة حرة طليقة لا قيـــود فيـــها ولا تكلف، وفجأة يواجه نوعا منظما من الحياة ، الذي ينطلق من الخضوع لبعـــض مظاهر النظام والقانون والقيام ببعض الأعباء والمهام .

أما بالنسبة للعلاقات العاطفية فإن المدرس مهما بلغ من العطـــف ، فـــلا يستطيـــع إلا أن يوزع عطفه واهتمامه ورعايته على عدد كبير من التلاميـــذ ، أما في المنزل فإن الطفل كان يلقي اهتمام الأبوين كله ، وكـــان يمثـــل مركـــز الاهتمام وتلتف حوله الأنظار والقلوب.

كذلك فإن العلاقة العاطفية بين الطفل وبين أفراد أســـرته تختلـــف عـــن العلاقة بين الطفل وبين غيره من الزملاء في المدرسة . في هذا النوع الأخـــير من العلاقات لابد أن يخضع الطفل لنوع من العلاقات الاجتماعية قوامه الأخـــذ والعطاء ، واحترام حقوق الغير .

ويحتاج الطفل لكي يتكيف انفعاليا للحياة المدرسية التي تبعده عن الأســـرة جزءا كبيرا من اليوم ، يحتاج إلى أن يتعود على الفطام الانفعالي أو العـــاطفي .

هذا الفطـــام ينبغي أن تبدأ فيه الأسرة قبل الذهاب للمدرســـة . ولابـــد مـــن أن يتدرب الطفل على هذا الفطام النفسي أي البعد عن الآبــــاء انفعاليـــا وتكويـــن الشخصية المستقلة عن الآباء حتى يستطيع أن يتكيف مع جو المدرسة الجديد .

وفي المجتمعات الأوروبية حيث تتوفر رياض الأطفال يتدرب الطفل على الحياة المدرسية المنتظمة ، وعلى الأخذ والعطاء واحترام النظـــام المدرســـي ، ويمثل خبرة الطفل بهذا النوع من المدارس تقديم الطفل للمدرسة الابتدائية بعـــد ذلك . ولذلك لا يتعرض الطفل لخبرات انفعالية حادة ومفاجئة عندمـــا يذهـــب للمدرسة الابتدائية .

((الطالب بين الأهل والمدرسة))

موقف الأهل من مؤسسات التعليم لها تأثير عميق على الأولاد إن تجارب الأهل ومواقفهم من المدرسة تؤدي دورا بارزا بالنسبة للصورة التي ترتسم في خيال الولد حول المدرسة وأهميتها.

قبل أن يدخل الطفل المدرسة ، يكون جزءا أساسيا من عائلته التي يؤدي كل فرد من أفرادها دورا معينا في تطور نضجه وتكوين فكرته عن العلم فتأثير الأب والأم هنا أساسي، يستطيع الوالدان أن يحبا أولادهما وهذا موقف طبيعي وصحيح ، لكن على الحب الأبوي ألا يكون حبا أعمى.

لكل تلميذ ماض ، فمذ كان رضيعا وحتى تاريخ دخوله المدرسة سجلت ذاكرته كل ما مر أمامه . فهو يعرف مثلا إن كان موهوبا ، ذكيا ، حسن التصرف غبيا كسولا مشاكسا ... من صفات نعت بها في الماضي .

ويطمح الأهل إلى تأمين مستقبل ممتاز لأولادهم فيشاركون هذا المستقبل وتحديد ماهيته، ويأخذون عادة الدور الأكبر والأساسي في هذه المشاركة. لكنهم لا يفكرون بأن السعادة ليست بالضرورة نابعة من مركز مهني عال ، وينسون أيضا أن تصرفاتهم ونظرتهم إلى الأمور تلعب دورا بارزا في تطور الطفل النفسي ونظرته المستقبلية إلى العلم وفوائده وقيمته .

إذا كان النجاح الدراسي مهما جدا في نظر الأهل بالنسبة إلى المستقبل وإذا كانت العلاقات تشكل اساس هذا النجاح وإذا ساندوا المعلمين فإن ولدهم سيصبح اكثر اهتماما وانشغالا بدروسه .

أما إذا قوبلت سجلات علامات التلميذ الجيدة بعدم الاهتمام اللامبالاة من

قبل الأهل ولم يكافأ ولو بكلمة على نقاط جيدة أحرزها فإنه يفقد مع الوقت الرغبة والاندفاع إلى المتابعة ويبدأ وضعه الدراسي في التدهور .

تدخل الأهل:

إن تدخل الأهل في شؤون دراسة أولادهم غالبا ما يكون بشكل خاطئ ويسيء إلى الأولاد أكثر مما يفيدهم ، معظم الأهالي يرسم مخططا معينا لحياة أولاده من دون استشارة الولد نفسه ، إذ يقولون مثلا سوف تصبح طبيبا مثل فلان ... ثم يباشرون التحضير لذلك....

كل شئ يعد سلفا لإنجاح هذه المشروع ...ولذلك فإن كل علامة منخفضة عن نسبة معينة، حددها الأهل تشكل مصيبة كبيرة تقع على رأس الولد وينال الصراخ والتأنيب ... وبدلا من أن يشعر الطالب بالتشجيع ، فإنه يشعر على العكس بأنه غير قادر على المتابعة ، ويتملكه شعور قوي بالذنب تجاه أهله لأنه لم يستطيع تحقيق أحلامهم كل هذا يولد في نفس طالب العلم عقدة صعبة الحل تجاه الدراسة والمدرسة ، يحتاجون إلى تشجيع متواصل ومشاركة فعالة من قبل الأهل الذين عليهم أن يتعرفوا إلى حاجات أولادهم ويتلمسوا وسيلة تدخلهم في شؤونهم ، وكذلك معرفة كيفية مراقبتهم من دون أن يشعروا بهم .

الحوار مع التلميذ :

لكي نتعرف إلى أولادنا جيدا علينا أن نتعلم الاستماع إليهم منذ محاولاتهم الأولى للنطق .. فالأم تفهم طفلها ويسهل الاتصال بينهما عندما يتعلم الطفل اللفظ الصعوبة تكمن في كون الأهل لا يجدون الوقت الكافي للإصغاء إلى أولادهم ذلك أن كلام الولد وقصصه ترهق الأهل وتزعجهم لكنهم لو يصبرون ويصغون فسوف يكتشفون أن كل ما يقوله الطفل في جو المحبة

والثقة يكتسب أهمية كبرى .

من ناحية أخرى إن الاستماع إلى الولد ضروري للإسهام في نضجه وتوازن أفكاره وإشعاره بأنه يستطيع أن يعبر عن نفسه أمام أهله بحرية وسهولة.

يجب أن يمتاز الحوار بين الأهل والأبناء بالحرية والصراحة .. وينبغي أن يعتاد التلميذ منذ الحضانة على مصارحة أهله يوما بكل ما مر به خلال نهاره الدراسي ، شرط أن يكون هذا الحديث ناتجا عن رغبة صادقة من قبل التلميذ وليس من قبل الأهل فقط وإلا سيشعر دائما أنه مجبر على تقديم تقرير يومي ...

على الأهل أن يتفهموا ويناقشوا كل ما يقوله بصراحة ووضوح ، وأن يتفادوا محاسبته أو اعتباره مذنبا ، وألا يظهر له عدم المبالاة التي تبعده عنهم فميل الولد إلى مصارحة أهله بكل ما يجري معه يكبر وينمو بنموه الجسدي والفكري ويصبح عادة يصعب الإقلاع عنها . كذلك هي الحال مع عدم المصارحة .

فالمصارحة تسهل مهمة الأهل وتمكنهم من مراقبة عمل أولادهم عن قرب والتدخل بصورة مباشرة أو غير مباشرة عندما يلزم الأمر.

ويجب التنبه إلى أن ما يعتبره الأهل صحيحا ليس بالضرورة الحل الأنسب وأن الحلول والأمور في هذا المجال نسبية ...ولا تستدعي العناد بل الروية والتعقل ... فنجاح التلميذ في دراسته أو فشله يقع جزء كبير من مسئوليتها على الأهل. فالأهل عارفون بنوعية تربيتهم وعطفهم وحنانهم واهتمامهم وملاحقتهم ، على أن يسيروا بولدهم في طريق النجاح.

توفير فــرص المبادرة :

إن مساعدة الطالب على تنظيم دراسته وعلى العمل الجـــدي لا تقضـــي بانتزاع المبادرة من بين يديه بل بإعطائه فرصا كثيرة للمبادرة هو بحاجة إلـــى تسهيلات تؤهله للتحرك بسهولة في إطار عمله بحيث تـــزداد أوقـــات فراغـــه ويوجه اهتماما اعمق إلى ما يشغل تفكيره ويعتبره أولويا أما أحـــد أهـــم أدوار الأهل فهو مساعـــدة الولد على اكتشاف الأشياء التي تثير اهتمامه اكـــثر مـــن غيرها والتوجهات التي تستأثر بميوله الحقيقية وعدم إجباره على توجه معيـــن يعتقد الأهل أنه صواب .

غالبا ما تكون فوائد الدروس ، أو حاجة الإنسان إلـــى المعلومـــات ، لا تظهر إلا في المدى البعيد ، وحين يعتقد التلميذ بإمكانه التخلي عن المواد التـــي يعتبر لا أهمية لها بالنسبة إلى المستقبل المهني المنظور الذي يطمح إليه فإنـــه يحرم نفسه من المعلومات العامة التي يجب أن يتزود بها .

وأخيـــرا ....

الفشـــل أو النجاح في الامتحانات هو نتيجة حتميـــة لنوعيـــة الدراســـة ولمنهجية العمل التي اتبعها التلميذ والدراسة مرتبطة بعاملين أساسيين: عـــامل الأهل وتشجيعهم والمؤسسة التعليمية .

اختيار المؤسسة التعليمية الذي سيتابع فيها التلميذ دراسة يجب أن يكـــون دقيقا وحكيما بحيث يكون منسجما مع شخصية التلميـــذ وطباعـــه وأحاسيســـه وقدراته .

يتطلـــب هذا من ناحية الأهل مراقبه دقيقة للولد في مراحل طفولتـــه

وتطورها إن جو المؤسسة الدراسية ونوعية المعلمين مهما جدا بالنسبة إلى تطور التلميذ ، إن جو المؤسسة الدراسية ونوعية المعلمين مهما جدا بالنسبة إلى تطور التلميذ ونضجه وإذا لم يشعر بأنه على وفاق فكري مع رفاقه نلاحظ انخفاضا في قدراته الدراسية يحدث هذا غالبا في حال وجود فارق كبير في المستوى الاجتماعي بين التلاميذ، أما دور الأهل والمؤسسة التربوية يبقى الدور الأخير المتفاوت الأهمية .. ألا وهو دور التلميذ بحد ذاته الذي يعتبره البعض أساسا .....

إن كل طالب طبيعي ، أي غير مصاب بعاهة عقلية أو بعقدة نفسية مهمة.. مؤهل لمتابعة أي نوع من أنواع الدراسة بسهولة ، شرط أن يرغب بها فعلا، المعلومات التي تمنعه والتي تشكل دائما أسباب الرسوب هي خارجة عن إرادته وعائدة إلى المحيط العام أو الجو العائلي أو المؤسسة التربوية أو المعلمين ... هذه العوامل هي القادرة على إنجاح التلميذ أو التسبب في رسوبه.

لذلك قبل إلقاء اللوم على التلميذ الفاشل، على الوالدين أن يحللا الأمور بترو حين يفعلان ذلك سيكتشفان السبب الواضح لرسوب ولدهما.

((المدرسة ...والطفل ومؤازرة الأهل))

مع العطلة الصيفية والاستعداد للعودة إلى المدرسة يبرز إلى الواجهة موضوع تربية الطفل العربي ، في وقت بدأ علم الاجتماع يركز على هذه التربية باعتبارها فنا قائما بذاته، ولأنه في ضوء التربية يتوقف مستقبل الطفل وبالتالي مستقبل مجتمعنا العربي .والحقيقة أن تربية الطفل هي أصعب بكثير مما يتصوره بعض الذين لم يتسن لهم أن يصبحوا أهلا بعد . ففي وقت واحد ينبغي أن يكون الأب أو الأم موجها دون أن يسحق شخصية الطفل ، وأن يكون حنونا ولكن بحزم ، وقريبا منه دون الالتصاق به ، وأن يكون مرشدا ومتفهما، وباختصار أن يكون عالما نفسيا وأستاذا على مدى ٣٦٥ يوما في السنة ، ولاسيما قبل سن السادسة، معلوم أن الطفل في سن الرابعة يبلغ ٥٠% من طاقته العقلية ، لذلك من المهم تجنب أخطاء التربية التي يمكن أن تضر بتطوره ونموه ما أمكن إلى ذلك سبيلا وهذا ما يشرحه الدكتور دورسن في كتاب له بعنوان: كل شيء يجب لعبه قبل سن السادسة ، ويعتبر هذا الكتاب بمثابة مرشد ودليل لجميع الأهل. ويتطرق هذا الكتاب إلى كل مرحلة من مراحل الطفولة ، بدءا من مرحلة الولادة وحتى مرحلة سن الدراسة ، مع تقديم الحلول لكل المشاكل التي تعترض هذه المراحل .

فكل طفل يقول الدكتور دورسن ، هو وحيد نوعه تماما كما هي بصماته، وانطلاقا من هذه الحقيقة البديهية يمكن لتطور الطفل أن يكون ناجحا . والواقع أنه لا توجد تربية جماعية وإنما تربية فردية وشخصانية . صحيح أن كل المواليد يمرون بالمراحل نفسها، ولكنهم جميعا لا يعيشونها بطريقة واحدة . وليس هناك ما يدعو إلى الدهشة أو الاستغراب إذا ما مشى أو تكلم طفل

أسرع وأبكر من غيره ، المهم هو النتيجة النهائية، فعندما يتطور الطفل تطـورا صحيحا سواء على الصعيد الجسدي أو على الصعيد العقلي ويقـول الدكتـور دورسن : أن السنة الأولى هي ذات أهمية بالغة للغاية ، وذلـك لأن الطفـل يكون شديد الارتباط ، إذا لم نقل مرتبطا كليا بأهله ولكي يسـمع صوتـه إلـى محيطه ، فإن الطفل لا يملك سوى الصراخ ، وإذا لم يبد أحد الاهتمام بـه فـلا يلبث أن يبكي، كما لا يعلم أنه يفقد الثقة بنفسه شيئا فشيئا، وكذلك الثقة بأهلـه، وانعدام الثقة هذا يمكن أن يكون غير قابل للتعويض في المستقبل لأن الطفـل لا يقارب المرحلة الثانية من الحياة بخطى المرحلة الأولى نفسها، إلا إذا هـو لـم يعتبر في عقله الباطن بأن الحياة مليئة بخيبات الأمل .

فعندما يبدأ الطفل في الدبدبة ثم المشي فإنه يدخل في مرحلة أخرى مـن مراحل تعليمه وتكييفه : مرحلة الاكتشاف وهي المرحلة التي تسمح له بممارسة فضوله ، وتدعيم فطنته ، وهذا الفضول الذي يظهر في هـذه المرحلـة ، هـو الفضول نفسه الذي يتيح له النجاح فيما بعد في المدرسة وفي هذه السن تصبـح الألعاب ذات أهمية إذ تعتبر وسيلة ليقظته وبالتالي لتربيته .

وفي مرحلة الخطوات الأولى يجب على الطفل أن يسير بحريـة فـي المنزل حتى يتـم التعرف إلى ما تتألف منه بيئته وعلى الأهـل بدورهـم، أن يسعوا باستمرار وبذكاء إلى إبعاد كل الأشياء الخطرة. وابتداء من هذه السـن، يستحسن إسماع الطفل الموسيقى (كلاسيكية ، فلكلورية الخ..) من أجل تعويـد أذنه، في أبكر وقت ممكن على الاستماع الموسيقي.

وبين سن السادسة عشرة شهرا والثامنة عشرة شهرا تتكون لدي الطفـل رغبة في مشاهدة كتاب مصور، وهنا على الأم أن تحرص على شرح الصـور

بكل عناية وفطنة . ومع اليقظة الروحية لـــدى الطفل يصبـــح مســـتعدا نفســـيا للتطور قليلا على طريق نموه .

وبين سن الثانية والثالثة ينتقل الطفل من حالة الطفولة إلى حالة الصبينــة (من صبي)، وهذا التحول لا يتم عادة بالسهولة التي يتصورها البعـــض ففـــي العالم الثاني يكون الصغار عادة عنيدين، سريعي الغضب محبيـــن للســيطرة ، والرقابة ولكن الخطأ الأساسي في التربية الذي ينبغي عدم ارتكابه هو ظــــهور الأهل بمظهر القساة ، المتزمتين، المتشددين، لأن ذلك من شأنه أن يزيـــد مـــن عناد الصغير وفي الإجمال، يقول أحد الاختصاصيين،من المستحسن ألا يطبـــق الأهل قواعد معينة إلا عندما يبلغ الطفل السنة الثالثة.

وفي المقابل ينبغي للصغار أن يعبروا بحرية عن مشاعرهم حتـــى ولـــو كانت غير مستحبة وعنيفة أحيانا، وفي هذه السن، أي بين السنة الثانية والثالثــة يمكن أن نعود الطفل على النظافة ، على أن يتم هذا التعويد في هـــدوء تـــام ، علما بأن عامل النظافة ، بالنسبة لأي ولد في هذه السن، هو أمر صعب جـــدا ، ولا يذلل هذه الصعوبة سوى صبر الأهل ومحبتهم. وفي ســـن الســـنتين يلجـــأ الصغار عادة إلى "الخرطشة" والخرطشة هـــذه هي المقدمة للكتابـــة والرســـم والولد الذي لم يتح لــــه أن يمارس هذه الرغبة تصبح فـــرص إتقانـــه الكتابـــة والرسم من المستقبل أقـــل ويقول الدكتور دورسن أنه في سبيل تشـــجيع الولـــد على هذه الرغبة " ينبغـــي تزويده دوما بالأوراق والأقلام واللـــوح الأســـود ". ويعتبر دورسن أن الخرطشة هي وسيلة للتـــعبير لدى الصغار الذين يتعلمـــون في الكلام ، فهي تحرك فيهم الانفعالات ، والوعي الباطن".

وإذا كان ابن الثلاث سنوات هادئ الطباع ومهضوما ، فإن ابن الأربع سنوات على العكس من ذلك ، إنه عنيف عدواني ، مشاجر يتجرأ على أهله حتى أمام الناس، وفي مواجهة هذه الحالة لا تنفع غير الصرامة وإذا لم يظهرها الأهل فإنهم يكونون يحضرون أنفسهم لحياة قاسية في المستقبل مع هذا الولد العفريت . وإلى جانب الصرامة ينبغي إفساح المجال أمام الولد لممارسة حياته الاجتماعية لأن في هذه يبدأ بالميل نحو هذا النوع من الحياة الكفيل بأن يمتص مشاعره العدوانية .

وفي سن الخامسة ، وهي السن التي تسبق العام الدراسي ينبغي إعارة الولد الكثير من الاهتمام ، فعلى سبيل المثال ينبغي تشجيعه كلما أحرز تقدما ، وعدم انتظار نجاحه لكي تتم تهنئته .وإذا كانت السنوات الأولى من عمر الولد قد مرت بشكل هادئ ومدروس فإن تلميذ المستقبل يجب ألا يلاقي أي صعوبات خاصة في التكيف مع الأجواء الجديدة .

هذا ما يقوله علماء التربية والاجتماع .. فهلا طبقنا هذه المبادئ "لبناء" قاعدة تربوية صلبة لطفلنا الصغير وهو يستعد لمرحلة ما بعد سنوات الست ؟ إن المدرسة وحدها لا تكفي فلنكن لها المؤازر ، والمساعد لبناء جيل عربي سليم فكريا ونفسيا كي يعطي بلا حدود....

((كيف نساعده على التفوق في المدرسة ؟))

قامت إحدى المؤسسات العلمية بدراسة استقصائية حول ما يمكن أن يقدمه الأهل من مساعدة لأطفالهم وهم في المدرسة ، وقد استرشدت بآراء المعلمين في مدارس مختلفة (من رياض الأطفال إلى المدارس الابتدائية والإعدادية والثانوية إلى أساتذة التربية في الجامعات).وقد وردت للمؤسسة المئات من الأجوبة نورد فيما يلي مقتطفات منها: اقرئي لطفلك في مرحلة مبكرة من عمره حتى وهو في ستة أشهر من العمر وخصصي له ربع ساعة كل يوم تسمعيه قصة محببه عند موعد نومه. لكي ترفعي من شأن الكتاب ، قدمي لطفلك كتابا (هدية) في المناسبات الخاصة، كالأعياد وعيد ميلاده ، أو مكافأة له على نجاحه .

اشتركي لطفلك في مجلات ثقافية ، وليكن الاشتراك مكافأة تشجيعية له ، إن ذلك سوف يدخل السرور إلى نفسه بأن يمتلك شيئا خاصا به كتلك القصة التي يتلهف لقراءتها مع كل عدد من المجلة في مطلع كل شهر.

شاركي طفلك متعة قراءة الأخبار الشيقة في الجرائد أو المجلات. علمي طفلك على استعمال القاموس في سن مبكرة وفي سن لاحقه وعلى الرجوع إلى المراجع العلمية إذ هي خير وسيلة لتقوية المفردات والقدرة على التعبير وتوسيع المدارك والحث على حب الإطلاع . حينما يبدأ طفلك بتعلم القراءة سجلي له بعض الملاحظات لإيضاح كيفية القيام بعمل ما ، ولتكن تلك الملاحظات بمثابة رسالة إطراء وشكر وتقدير على الرسم الجميل الذي خططه لك ، إن قراءة طفلك لهذا الإطراء سيعطيه شعورا وإحساسا بأنه قد قام بعمل مهم ، ساعدي طفلك في تكوين مكتبته الخاصة ولو كانت من علب الكرتون

(المقوى) وليضعـــها فوق بعضها كرفوف المكتبة وليلونها أو يكتـــب عليـــها إشارة "مكتبة زياد" كأن يضع على الرف العلوي إشارة "الكتب التـــي قرأتـــها" وعلى الرف الأوسط "الكتاب الذي أقوم بقراءته "وعلى الـــرف الأســفل" كتــب للقراءة "، إن تكوين طفلك لهذه المكتبة سوف يكون موضع فخره واعتزازه كمـا أنها ستحفزه على المزيد من القراءة والمطالعة. قبل أن تقرئي لطفلك قصة مـــا اذكري له عنوانها واسأليه عن توقعاته عن القصة وما هـــو موضوعـــها بعـــد الانتهاء من قراءة القصة قارني وقائعها مع تصورات طفلك، أو قبل الوصـــول إلى نهاية القصة ، اسألي طفلك عن توقعه لنهايتها .

استخدمي برامج التلفزيون الثقافية والترفيهية كوسيلة رافدة للقراءة ، فـــإذا استمع مثلا بمشاهدة برنامج عن الحيتان أو تربية الأسماك فمـــن المفيـــد أن تشتري له كتابا حول هذا الموضوع ، وإذا استمتـــع بمشاهدة برنامج عن عـــالم من العلماء أو زعيم من الزعماء أو بطل رياضي مشهور فلا تترددي بـــتزويده بكتاب عن قصة حياة هذا العالم أو الزعيـــم أو البطل. لا تكفي بسؤال طفلـــك عما تعلمه في المدرسة بل اطلبي منه أن يشرح لك الدرس أو الـــدروس التـــي تعلمها إن ذلك سوف يقوى من ثقة طفلك بنفسه من جهة ويساعد على ترســـيخ الدروس في ذهنه .إذا كنت تساعدين طفلك في التحضير للفحص أو الامتحـــان، فمن المفيد استخدام الأسلوب نفسه الذي يتبعه المعلم في المدرســـة مثل اختيـــار أحد الاحتمالات الأربعة أو ملء الفراغات.

((ما هو الذكاء؟))

ليس من السهل تعريف الذكاء ، فنحن لا نستطيع أن تعزل الذكاء ثم نضعه تحت المجهر لنختبره ونفهمه ، ولكننا نستطيع أن ملاحظة الذكاء وهو يؤدي وظيفته ويعمل ، إننا نستطيع أن نراه كل يوم في سلوك الناس، فالذكاء وسيلة من وسائل السلوك ، دعنا الآن ننظر إلى بعض السلوك الذي نعتبره نحن عادة سلوكا ذكيا . الطلبة المتقدمون في دراستهم أذكياء.تستطيع أن تضع على رأس القائمة التي تتضمن أسماء من تعتبرهم أذكيا، ذلك الطالب في التعليم الثانوي الذي حصل على تقديرات المعتادة منذ أن كان في رياض الأطفال ، وبعبارة أخرى ، تستطيع أن تعتبر سجلات المدرسة المعتادة دليلا على القدرات العليا. ماذا يطلب الحصول على التقديرات المعتادة ؟ إن الإجابة عن هذا السؤال تستطيع أن تعطينا دليلا على الذكاء وتهيئ لنا السبيل إلى فهم كنهه . ويأتي في الاعتبار الأول أن هذه التقديرات الممتازة تعتمد غالبا على مدى ما يستطيع الطالب أن يحققه في دراسته في سرعة وسهولة ويسر. خذ الرياضة مثلا ، افرض أن المدرسة شرح درسا في المعادلات الآتية لأول مرة ، ترى أن التلميذ الممتاز يفهم هذا الدرس بسرعة . أما إذا كان الدرس في اللغة الإنجليزية ، وكان المقرر (التعيين) هو أن يقرأ التلميذ مائه صفحة في رواية ما في عطلة نهاية الأسبوع ، فان هذا التلميذ الممتاز لا يجد مشقة كبيرة في فهم ما يقرأ أو في حفظه في ذاكرته حيث يختبره المعلم في بداية الأسبوع التالي . إنه يستطيع أن يدرك المعاني المجردة وان ينجح في التدريب على دراسة المفردات والرموز ، وأن يفهم مدلول كل منها سريعا كما يستطيع أن يتذكر هذه المعاني وتلك الكلمات التي درسها . أي انه باختصار طالب "ذكي".

الذكـــاء خارج جدران المدرسة

أين تستطيع أيضا أن ترى الذكاء وهو يعمل " ليس الذكــــاء مقصـــورا – ولاشك –على الطلبة المعتادين – ، فلاعب الكرة ، مثلا ينبغي أن يكون ذكيـــا أيضا، حقا لا يشترط أن يكون ذكاءه على نمط ذكاؤه الطالب الجامعي أو مـــن نفس نوعه وفصيلته ، ولكنه ينبغي أن يكون ذكيا ذكاء يمكنه – على الأقـــل – من أن يفوز في مباريات كرة القدم .

ما هي القدرات العقلية التي يحتاج إليها لاعـــب الكـــرة الممتـــاز ؟ إن نجاحه يعتمد على ممارسة الألعاب الصحيحة في الوقـــت المنـــاسب مثـــل معرفته لمواطن القوة مواطن الضعف في أفراد فريقه هو ، كما يعتمـــد علـــى تقديره وإدراكه لأفراد الفريق الآخر الذي ينافسه ، أن مهمتـــه تختصـــر فـــي تحديد ما يتطلبه الموقف أثناء المباراة ، سواء أكان ذلك تمريـــر الكـــرة لأحـــد زملائه، أم هجوما على مرمى الخصم، أم تمريرة عكسية للكرة ...الخ، وهـــذا يكفي لتفكير لاعب الكرة في وقت فراغه . انه لكي ينفذ آية فكـــرة عـــن هـــذه الأفكار في فترة لا تزيد على ثلاثين ثانية مسألة تحتاج إلى عقـــل وتفكـــير أي نتطلب ذكاء لا يشترط أن يكون من نوع الذكاء نفسه الذي تســـجله المـــدارس لطلبتها في سجلاتها. ثم ما رأيك في سمير، هو الآخر؟ انه طالب لا يظهر فـــي تحصيله المدرسي ولكنه رغم ذلك يستطيع أن يربح عشـــرة جنيهـــات فـــي الأسبوع الواحد من إصلاح أجهزة الراديو والتلفزيون في أوقـــات الفـــراغ ، ويقول الناس عنه:"انه يحمل فوق كتفيه رأس رجل من رجال الأعمال". وهـــذا مرادف بطبيعة الحال لقولنا انه ذكي..... على الأقل فيما يختص بالإصلاحـــات الكهربية وما يتعلق بها من عمل، وفيما يختص بكسب المال. ولنأخذ مثلا آخـــر

لطفل أصغر : انه رشيد ، وعمرة ثمانية عشرا شهرا إن أمه تقول له كل يــوم في الصباح: "ما رأيك في أن تستحم الآن ؟" ثـم تفتـح صنبـور المـاء وقـد تطورت الحال مع هذا الطفل اليوم بحيث انه إذا سمع صوت انسياب الماء فـي حجر أخرى، بـدأ يحاول محاولته الأولى في نطق كلمة "حمام" ولذلك فإن أمـه لا تخفي دهشتها وإعجابها بما يبديه طفلها من إشارات الذكاء .

فإذا أردنا بعد ذلك أن ندرس أمثلة لما يبديه الراشدون مـن ذكـاء فـي سلوكهم وتصرفاتهم ، أخذنا سيرة ليلى حالة من هذه الحالات . إنها تجـد حـلا هادئا موفقا لمشكلة أطفالها الثلاثة الذين يتنازعون فيما بينهم من أجل الحصـول على لعبتين تمثل كل منهما عربة تجرها الخيول (دوكار). أما زوجها، فانـه بعد كثير من التفكير والتخطيط والقياس والمحاولة وحذف الأخطاء يسـتطيع أن يصل إلى طريقة تمكنه من وضع صوان "دولاب" تحت بالوعة المطبخ القديمـة والمثل الثالث هو عبد العزيز- المهندس الميكانيكي انه يقترح علـى رؤسـاء العمل في المصنع وسيلة تمكنهم من اقتطاع ثلث الزمن المتخصص للإنتاج فـي ذلك المصنع وتوفيره. وهنا تسجل الشركة اسمه في قوائمها-قوائم الشـرف - وتمنحه مكافأة مقدارها خمسون جنيها، هذا علاوة على ما ينتظـر أن يحصـل عليه من ترقية.

الذكاء.....والإعداد لمشكلات الحيـاة

أن اغلبنا - ولاشك - لو اقترن على أن الناس الذين ورد ذكرهـم فـي الأمثلة السابقة - صغيرهم وكبيرهم - كانون يتصرفون تصرفا ذكيا ذلـك لأن التخطيط ووزن الأمور والحكم عليها أو التعلم والتذكر ، كلها أمور تحتاج إلـى ذكاء في التصرف.

وللذكاء وسائل عديدة يفصح بها عن نفسه في باكورة حياة كل فرد منـــا ، فهو ليس مقصورا على تلك الاختبارات التي نعطيها لكبار الراشـــدين ، فتعلـــم الكلام ، وإصلاح أجهزة الراديو ، وتوجيه جهود أحد عشر لاعبا حتى يصلـــوا إلى خط مرمى الفريق المنافس ، وبناء الصواوين "الدواليب" والفرق ، وحســـم المناقشات، طرق وأساليب للسلوك الذي يتسم بالذكاء . أنها كلها وســـائل لحـــل المشكلات ومسايرة المواقف الصعبة الجديدة التي تعرف للإنسان فـــي حياتـــه ومحاولة مكافحتها والتغلب عليها ، فالذكاء – بمعناه الواسع أو في أوسع معانيـــه – إن هو إلا القدرة على السير بنجاح في هذا العالم المعقد. أما بمعناه الضيـــق المحدود فان الذكاء يبدو في قدره الناس على الإفادة من خبراتهم الســـابقة فـــي التهيؤ للمواقف الجديدة التي تعرض لهم .

((نظريات تعليم القراءة))

إن تعلم الطفل للغة أمه هو تعلم يبدأ في مراحل مبكرة من حياة الطفل يردها الباحثون الجدد إلى المرحلة الجنينية . وقد تأكدت هذه الفرضية بعد الأبحاث التي أثبتت مقدرة الجنين على سماع الأصوات الخارجية (خارج رحم أمه) وعلى حفظها.

على ان اكتشاف الطفل للغة يخضع لمراحل تطور جهازه العصبي . فالطفل كي يستطيع الكلام يجب ان يكون جهازه العصبي قد بلغ مرحلة من التطور تمكنه من التحكم بأوتاره الصوتية وبكميات الهواء الخارجة مع الألفاظ إضافة إلى قدرته على السيطرة والتحكم بحركات اللسان، الشفاه والحلق والطفل إن يكون لديه القدرة على الكلام فإن هذا التكوين يعتمد على عدد من الارتكاسات العصبية التي يكونها كل طفل على طريقه الخاصة وفق مخططاته العقلية الأولية المعروفة بالحسية – الحركية وفق تعبير بياجيه .

وعندما يتوصل الطفل إلى الكلام فإنه يكون بهذا قد توصل إلى استيعاب الروابط بين الأصوات والأشياء. فإذا ما تم هذا الاستيعاب أصبح الطفل مهيئا للتطوير، هذه الروابط لتشمل ايضا صورة الكلمات وليس فقط أصواتها . هذا وقد أثبتت تربية الأطفال العباقرة، عقم المحاولات الهادفة لتعليم الطفل القراءة في مرحلة مبكرة من مراحل طفولته ، إذ أن الأطفال الذين تم تعليمهم القراءة في سن مبكرة كانوا عاجزين على إيجاد الروابط بين الأمنيات وبين صور الكلمات . وعليه فإن مبادئ تعليم القراءة يجب أن تحترم القدرات العصبية للطفل ومراحل نمو الطبيعية ولكن عليها أيضا أن تبعد الطفل عن جميع مصاعب اللغة التي يعاني منها البالغ الأجنبي لدى تعلمه لهذه اللغة . وبالتالي

فإن من واجبنا أن نشجع الطفل على تعلم الكلمات السهلة والتي لا تحتوي تعقيدات قواعدية – لغوية . وفيما يلي نعرض لنظريات القراءة التالية :

١- الطريقة التقليدية .

وتعتمد هذه الطريقة (في لغتنا العربية) على مبدأ التهجي. وهذه التهجأة هي في الواقع واحدة من اهم وأكبر المشاكل التي تواجه الأجنبي لدى تعلمه للغتنا العربية. ومما يزيد في تعقيد هذه المشكلة بالنسبة للطفل العربي (والبالغ الأجنبي) أن المخارج اللفظية في اللغة العربية تعتمد في معظمها على التشكيل. ومن شأن أخطاء التشكيل أن تؤدي إلى تغيير معنى الجملة بكامله. وإذا ما دققنا النظر لدي فحصنا للطفل والمتعلم بهذه الطريقة لرأيناه يحفظ عددا من الكلمات بشكلها الإجمالي. وهذه الكلمات هي بالتحديد تلك التي تصعب تهجئتها ، وهذا التعلم بالجملة يؤدي في رأينا إلى إعاقة الطفل عن تحقيق تقدم سريع في مبادئ القراءة والكتابة .

٢ – الطريقة الكلية (الشاملة).

أو طريقة القراءة الكلية القاضية بتعويد الطفل على استخراج المخارج اللفظية من الجمل المعروضة عليه . وبمعنى آخر فإن الطفل الأجنبي موعد لاستخراج الحروف التالية : a - o - i-u-e-ou-eau-eu-ui-oi-ou أما الطفل العربي فعليه ان يستخرج الحروف التالية أ ، إ ، آ ، يـ ، ي ، سي، يا ثم ئ ، يّ ، يِ.....الخ ، وبهذا نلاحظ أنه عند التطبيق لابد وأن يخلط بين كل هذه الحروف وطرق لفظها ومن ثم لا يلبث ان يستسلم رافضا تعلم القراءة انطلاقا من قناعته بصعوبتها وبعدم قدرته على ذلك .

٣ – الطريقة السلبية .

وترتكز هذه الطريقة على تعليم الطفل كتابة المخارج الصوتية الأساسية وهي بالعربية ، أ ، و ، ي ، وتعوضها عليه في كلمات بسيطة مثل أرنب ، ولد ، يد ، ومن ثم ندعو الطفل لاستخراج هذه الحروف من كلمات بسيطة مشابهة . ومع الوقت سيكتشف الطفل بنفسه أن ال(أ) لا تكون دائما منصوبة كما في أرنب ، أسد ... إلخ ولكنها أحيانا تكون مرفوعة مثلا في أسامة فيأخذها في البداية على انها شواذ لكنه لا يلبث أن يألفها مع الوقت ويطبق هذا على باقي الحروف . حتى يتوصل إلى اكتشاف الروابط بين الحروف وبين ألفاظه الصوتية . وقد سمينا هذه الطريقة بالسلبية نظرا لعدم تدخل المعلم في إقحام المبادئ اللغوية وترك اكتشافها لقدرة الطفل ولملاحظته .

٤ – طريقة القراءة السهلة .

وترتكز هذه الطريقة على تجنب الكلمات والحروف الصعبة لدى تعليم الطفل لمبادئ القراءة. فهذه الكلمات والحروف من شأنها خلق حواجز في طريق تعلم الطفل . وبمعنى آخر فإن هذه الطريقة تعتمد على تجنب الحروف والكلمات التي تقرأ بشكل مخالف للشكل الذي تكتب فيه .وذلك بهدف تجنب إرباك الطفل. ولكننا لدى تطبيقنا لهذه الطريقة على اللغة العربية يلاحظ ان كل حرف من حروفها يمكن أن يكتب ويقرأ بطرق عدة . مما يجعل تطبيق هذه الطريقة على الطفل العربي غير ممكنا .

٥ – طريقة الكتابة المتقطعة.

إن تعويد الطفل على رؤية الكلمات بخط واضح متقطع، بحيث يبدو كل حرف متميزا عن الآخر ، يساعد الطفل على حفظ هذه الكلمات ويعطيه القدرة على تذكرها وقراءتها من الخطوط (أ ، إ ، ا ....إلخ) وعلى غرار

سابقاتها فقد واجهت هذه الطريقة صعوبة تطبيقها على اللغة العربية . ففي العربية تتداخل الحروف فيما بينها حتى يختلف شكلها عنه في شكلها الأبجدي. ولنأخذ على سبيل المثال كلمه حصان . فهي تكتب بالعربية حصان في حين أن حروفها الأبجدية تكتب : ح ، ص ، ا ، ن . أما في الفرنسية فهي تكتب CHEVAL بحيث تحافظ الحروف على شكلها الأبجدي دون تغيير وهذا ما يسهل تعرف الطفل الفرنسي على الحروف المؤلفة للكلمة في حين يصعب ذلك على الطفل العربي ولتلافي هذا النقص فقد عمدنا للأسلوب التالي :

حصان ح ص ا ن

ولكن هذا الأسلوب لم يكن حديثا في أساليب تعليم العربية بحيث يمكننا التأكد ان تعقيد وصعوبة لغتنا العربية جعلا من معلمي العربية يتفوقون على أقرانهم الغربيين ويتوصلون الى النتائج قبلهم .

درجة الانتباه أثناء الاستذكار:

الواقع أن درجة الانتباه أثناء الاستذكار تلعب الدور الرئيسي في التعليم..والكثير من الطلاب يعانون من صعوبة فيه فلماذا يحدث ذلك ؟

هناك أولا الأسباب الجسمية .. فالإرهاق والأرق ... وصعوبة الاسترخاء .. وعدم الانتظام في تناول وجبات الطعام ... وقلة تناول الفيتامينات ... والاضطراب في الغدد الصماء .. كل هذه الأسباب تقلل من حيوية الفرد .. وتضعف من مقاومته .. مما يؤدي إلى أما الأسباب النفسية فأنها تتلخص في كثرة أحلام اليقظة والسرحان في الصورة التي سيكون عليها المستقبل والمتاعب الحالية والماضية .. والوساوس التي تسيطر على الفكر لأي سبب والأسباب وهنا يستطيع الطبيب مساعدة الطالب على التخلص من هذه الأحلام والوسلوس

وهناك أيضا الأسباب العقلية .. مثل مرض الاكتئاب .. أو الانفصام .. وهي حالات مرضية تحتاج إلى علاج .

أما المشاكل العائلية المستمرة .. والصعوبات المنزلية .. والنزاع الدائم بين أفراد الأسرة .. فإنها أسباب اجتماعية يجب حسمها حتى لا تؤثر في قدرة الطالب كما يجب أن نضع في الاعتبار مجموعة من العوامل الخارجية مثل قلة الضوء.

تنوع المواد ضروري

لا يجوز أن نستذكر في وقت واحد مواد متشابهة حتى تتداخل المعلومات بعضها مع بعض مما يؤدي إلى صعوبة التذكر ... فمثلا من الضروري أن يأخذ الطالب فترة راحة قصيرة متكررة أثناء المذاكرة .. فليس من الحكمة ان يستذكر ثلاث ساعات .. ثم يستريح ساعة .. بل الأفضل أن يستذكر لمدة ساعة ويستريح ثلاث دقائق .

وللاحتفاظ بما تعلمناه يحتاج الفرد لفترة معينة من الوقت تهتم بها عمليات كيميائية في بعض المواد البروتينية في المخ. والمعروف أن الأحداث القديمة تأخذ وقتها في التدعيم وبالتالي يسهل تذكرها .. أما الأحداث القريبة فلم تتح لها الفرصة للتدعيم الكافي .. ولذلك فإنها تكون عرضة للنسيان اكثر من غيرها .

أما العملية الأخيرة في التذكر فهي عملية استدعاء المعلومات وأهم ما يؤثر في هذه العملية هو الترابط .. ويمكن أن نذكر في هذا المجال ما يحدث عندما تذكر الطالب بكلمة أو جملة فيسارع على الفور بذكر التفاصيل الكاملة لأن عملية الترابط تساعده. أما الأدوية التي يستعملها بعض الطلاب للاستذكار

وهي الأدوية المنبهة التي تعطي الطالب القدرة على السهر فإن لهـــا عيوبـــها وهي أنها تجعل الطالب في حالة إرهاق تام .. بل تعرضه للانهيار في بعـــض الأحيان.

مذاكرة مادة لمدة طويلة خطأ

ويجب على الطالب ألا يذاكر علما واحداً لمدة طويلـــــة .. ثـم اعـــادة مذاكرته أملا منه أن ينتهي من هذا العلم..فهذه الطريقة تساعده على النســيان .. فكثير من الطلاب يتركون بعض العلــوم للشهر السابق للامتحان أمــلا منـــهم في أن التركيز على هذا العلم لمدة أسبوعيــن أو ثلاثة سيجعلهم قادرين علـــى إتقـانه .. ولكن الواقع أن العكس هو الصحيح ..فلو أن الطالب ذاكـــر جـزءا مـــن العلم.. ثم تركه مدة..ثم أعاده ثانيا..فإن ذلك يساعده على عملية التذكـــر. وأخيرا أوجه هذه الملاحظة إلى الأهل.. أن التعليـم يحتـاج لقـدرة ذكائيـــة خاصة.. وقد شاهدت الكثير من الآباء وهم يضغطون على أولادهم للاستذكار.. ولو أدى الأمر إلى الاستعانة بالمدرس الخصوصي..وهم غالبا ما يتجهون الـــى إهانة الأبناء عند الفشل. وقد فحصت بعض هؤلاء الطلاب .. ووجــدت أنــهم مختلفون ذكائيا.. وأن ذكاءهم لن يسمح لهم إطلاقا بالنجاح فــي هــذه الســنة الدراسية .. ومثل هؤلاء يصبحون فريسة اضطهاد الوالــدين دون أن يقــترفوا أي ذنب .

((الأطفال المشاكسون في المدارس))

لماذا يشاكس بعض الأطفال ويظهرون عدوانية وتسلطا ؟ البعـــض مـــن علماء التربية يعيدون السبب إلى ما يتلقاه هؤلاء من معلومات اجتماعية وبيئيـــة بينما يرى آخرون أن الأمر عائد للطبع وليس للتطبع .

نفهم من ماهية السلوك الذي تسلكه هذه الفئة من المشاغبين المحبين للتسلط على من هم دونهم صحة أو كفاءة جسمانية أو عقلية ، من أقرانهم من زملاء الدراسة أو اللعب ، ينبغي أن نعرف ، أولا كيف نمت هذه الروح العدوانية في نفس المشاغب (Bully)، وإلى أي درجة انغرست في كيانه ، وهل صارت طبيعة فيه ، ووجود هذه الفئة من محبي المشاكسة والتسلط والاعتداء على الضعفاء أو المستضعفين، دليل على أن مراعاة القيم الإنسانية ناقصة ، اذ ان الحياة الاجتماعية للأطفال ، تلك الحياة التي ينظر اليها في أغلب الأحيان على أنها جزء مكمل للطفولة ،إنما هي في حقيقة أمرها جزء أساسي لا تكميلي ، وأنه لا سبيل بدون اكتمالها إلى حدوث تطور صحي سليم في حياة الطفل .

وحب التسلط والعدوان ليس مرحلة قصيرة المدى ، يمكن أن يتجاوزها الطفل بعد مرور بضع سنين، ثم يتحول بعدها إلى شاب سوي ناضج، فالروح العدوانية يمكن ان تبدأ في سن الطفولة ، فإذا لم تعالج وتقوم، فانها تلازم الصغير حتى يبلغ سن الشباب وما بعدها. فالعدوانية وحب المشاكسة هما من أكثر أنماط السلوك البشري ، ثباتا وديمومة .

من هو المتسلط ؟

ليس هنالك من تعريف قياسي للشخص العدواني المتسلط ، ولكن بعض رجال التربية حللوا صفات التسلط بقولهم إن له ميلا متكررا إلى العدوان الذي تحدوه رغبة سلبية موجهة من أحد الأطفال العدوانيين إلى طفل آخر. وهذا السلوك قد يسري على طفل واحد يتمتع ببسطة في الجسم وقوة في العضلات ، كما قد يسري على جملة من الأطفال الذين يتضافرون ويحبون

التحرش بزميل لهم،عاجز عن الدفاع عن نفسه (أو نفسها ، إذا كانت المتسلطة فتاة، لها مثل هذه الصفات العدوانية) والسلوك الذي يسلكه الشخص المشاكس المتسلط العدواني ، يقصد منه إحداث الكرب في نفس الشخص المستهدف، ان أكثر الذين تطلق عليهم صفة التسلط هم من الصبيان ، وضحايا هؤلاء يكونون عادة من كلا الجنسين . وخلافا لما يظنه كثير من الآباء والأمهات ، فإن الرغبة في التحرش والمشاكسة والعدوانية ، ليست صفة بعينها تغرز نفسها بنفسها بشكل طبيعي ، وإنما هي صفة متأصلة ينبغي أن تقوم وتحارب .

العدوان متعدد الأنواع

قد يكون العدوان الذي يلجأ اليه الأشخاص المتسلطون المدلون بقوة أبدانهم أو وسامتهم أو ثرائهم ، قد يكون هذا العدوان بدنيا بالدفع أو الضرب أو الرفس وقد يكون لفظيا ، بالشتم أو السخرية أو الإهانة. ولا يكتفي المشاغب المتسلط بأن ينال من "ضحيته " المستهدفة بالعدوان، مواجهة ، وإنما يقع فيه ويحقره بين أقرانه أيضا .

إن الأرقام الإحصائية التي تظهر نسب أولئك المشاكسين المحبين للتسلط والعدوان، الى نسب الأشخاص الأصحاء الأسوياء، هذه الأرقام متباينة، فهي تختلف من دراسة إلى أخرى ، ومن بلد إلى بلد ، وبوجه خاص من مدرسة الى أخرى . والمشاكسون مختلفون بطبيعتهم عن اقرانهم ومن يحيطون بهم، والدراسات تكاد تجمع على أن أولئك الأشخاص لهم تركيب ومزاج يمتازان بهما عن غيرهما من الناس العاديين – ففيهم ميل فطري الى الاعتداء، وبهم هوس وميل الى الشك في أي حركة. ويعزون الى سواهم دائماً ميلاً الى معاداتهم. والمشكلة هنا هي أن الشخص العدواني يستشعر عند ضحيته رغبة

باستفزازه، وهي رغبة لا وجود لها في أغلب الأحيان، وأنه يأخذ هذا الشعور الكاذب ويحمله لتبرير سلوكه العدواني، كأن تُتهم الضحية بأنها قد احتكت بذلك الشخص عمداً، وأسقطت كتاباً من يده مثلاً. واذا حصل مثل ذلك الحادث دونما قصد، فإن الشخص العدواني يثب على هذه الحجة ويفسر الحادث بأنه عبارة عن تحدّ ودعوة للخصومة.

سبب الروح العدوانية

أولئك الأطفال المشاكسون ميّالون الى العدوان لأنهم يسيئون هضم ما يتلقونه من معلومات اجتماعية على شاشة التلفزيون أو من البرامج الإذاعية العنيفة، أو من بيئتهم، ويفسرونها بأنها تقر الانتقام وسوء "التصنيع" هذه للمعلومات الاجتماعية هي التي تولد في نفوسهم الجو الملائم لاقتراف العنف وجعله وسيلة لحل المشاكل، وأن العدوان هو الطريقة المثلى لحل الخصومات. كما أن الطفل المشاكس العدواني المحب للتسلط، هو طفل لا يصدّه إحساس بالقلق.

الأصل القائم في سنوات الطفولة

ان كل المحاولات للتحري عن أصل العدوان وجذوره، تردّ هذا الأصل الى سنوات الطفولة المبكرة، وقبل التحاق الطفل بالمدرسة، وهذا العدوان ينمو في نفس صاحبه ويلازمه في مختلف سني دراسته بعد ذلك، وأولئك الأطفال العدائيون لا يصادقون أكثر من صديقين أو ثلاثة – يختارون من نفس طينتهم العدوانية.

ولكن اذا كان طلاب المدرسة من زملاء أفراد هذه العصابة، معجبين بقواهم العضلية، فإن "شعبية" أولئك "الأقوياء" ما تلبث أن تأخذ في التناقص

بمرور السنين والتقدم في العلم. فإذا بلغ أولئك المتسلطون الصفوف الدراسية العليا، فإنهم لا يختلطون الا بمن كانوا على شاكلتهم من الطلاب الكبار العدوانيين وهؤلاء قد يفوزون بإحراز ما يصبون اليه، بقوة عضلاتهم وحبهم للاعتداء، ولكن أقرانهم في قرارة أنفسهم ينفرون منهم.

ومن الجائز ألا تكون روح العدوان والمشاكسة وحب التسلط، واحدة لدى مختلف ثقافات العالم. ولكن لهذه الروح العدوانية جذور متأصلة في سائر الثقافات، وان يكن ذلك التأصل على درجات. ولكن بغض النظر عن البيئات والمناطق التي يعيش أولئك العدوانيون في ظلها، فإنهم لا يعمدون مكاناً معيناً ملائماً بشكل خاص لأنشطتهم. فأكثر هذه الأنشطة العدوانية تقع في باحات المدارس وفي أبهائها المزدحمة، ولا سيما في الزوايا المفتقرة الى الرقابة والاشراف. ومن الملاحظ أنه كلما صغر الطالب أو الطالبة، ازداد حظه من الوقوع ضحية المتسلطين أو المتسلطات، لأنه اذا كان هنالك شيء واحد مشاع بين المستبدين كافة من أولئك المتسلطين، فهذا الشيء هو أن ذلك المستبد يتعمد أن يختار لنشاطه العدواني شخصاً أصغر منه سناً أو اضعف جسماً. هذا من جانب، ومن جانب آخر فإن الضحايا (طلاباً وطالبات) يتحملون جانباً من وزر هذا العدوان، وذلك لأنهم ذوو صفات نفسية خاصة تجعلهم هدفاً سهلاً لتسلط المتسلطين. فالمعتدى عليهم في سائر الأحوال، هم أشخاص متمتعون بحساسية زائدة وبهم ميل الى الهدوء والحذر، أكثر مما لدى أقرانهم، كما أنهم أكثر قلقاً منهم. وأكثر هذه الصفات تشجيعاً للراغبين والراغبات بالعدوان والمشاكسة والتسلط، هي أن لأولئك الضحايا نظرة سلبية الى العنف، فهم أميل من سواهم الى عدم التصدي والمواجهة. وفي مدارس الطالبات، تكون الضحايا أقرب من "جلاداتهن" انخراطاً في البكاء وذرف الدموع عند تعرضهن للهجوم.

وكما أن محبي السيطرة والتسلّط هم من الحقائق التي لا بد من التسليم بوجودها في شتى الأوضاع والبيئات، فإن هناك حقيقة أخرى لا سبيل الى انكارها، وهي أن تخاذل ضحايا العدوان أيضاً يؤدي الى كثير من المصاعب الاجتماعية – النفسية. فصحيح أن المشاكس المتسلط شخص بغيض على كل نفس، ولكن ما من انسان يحب شخصاً يتقبل العدوان ويرتضي لنفسه المذلة، واستخذاء المستضعفين يثير احتقار أترابهم لهم، مثلما يثير عدوان المعتدين، احتقار أولئك الأتراب ونفورهم أيضاً. وضحايا العدوان المستسلمون لا يظفرون بكراهية "جلاديهم" فحسب، وانما يرفضهم أقرانهم الأسوياء أيضاً. فقليلون هم الذين يصادقونهم، وكثيرون هم الذين يكرهونهم. وأولئك الضحايا تتولد في نفوسهم وجهة نظر سلبية ازاء مدرستهم، فيكرهون الذهاب اليها. كما أنهم يقعون فريسة شكاوى وأوجاع بدنية أيضاً كالصداع وآلام البطن وسواها. وينعكس ذلك على ادائهم الدراسي أيضاً فتقل فوائدهم من الدراسة ويحرزون أدنى العلامات مما يزيد من شعورهم بالضعة. وهذا كله يؤثر على المستوى العام للتعليم والثقافة.

التدليل الضار

لقد تبين من احدى الدراسات التي أجريت للاهتداء الى الخصائص التي تميز الأشخاص المهيئين للوقوع ضحية اعتداء المعتدين وصلف المشاكسين، أن أولئك الضحايا يأتي أكثرهم من أسر تغدق عليهم من طرق الحماية والعناية، ما يفوق الحدود المعقولة. ونتيجة لذلك فإن أولئك الأشخاص يصبحون مفتقرين الى التجارب التي يستطيعون من خلالها الوقوف في وجه ما يعترضهم من مشاكل حياتية، وهي القوة التي تشكل واحدة من الحقائق الهامة

في الحياة الاجتماعية. كما يصبح أولئك الضحايا مجردين من الثقة بأنفسهم وقدرتهم على مواجهة الحياة بأنفسهم. وهذه "الحماية" الأسرية الزائدة تحول بين الصغار وتعلم المهارات اللازمة لمنع استغلال الآخرين لطيبتهم وهدوئهم.

أنشطة سرية

ان محبي التسلط والعدوان والمشاكسة يستوطنون عوالم خفية مغلقة مختصة بالصغار، تحت مرأى ومسمع من الكبار دون أن يفطن أحد لوجودهم. فالمدارس بعامة تنفي وجود مثل هذا الصنف من الأشخاص بين طلابها، رغم أنهم موجودون فعلاً! وكذلك معظم الآباء والأمهات لا يدرون بوجوهم. فالأطفال من الضحايا قد يتهمون أنفسهم بأنهم هم السبب في وقوع ما يقع لهم، لذلك فهم يخجلون من أنفسهم ويكرهون أن يصارحوا ذويهم بحقيقة ما يجري لهم هرباً من مشاعر العار والإذلال.

زد على ذلك أن الحياة الأسرية الحالية قد أصبحت لا تتسع لكثير من الأخذ والرد بين الوالدين وأبنائهما، وقلما عرف الوالدان حقيقة ما يحدث في مدارس أطفالهم، لأنه قلما انفرد الأب أو الأم بطفلهما أو طفلتهما وسألوهما عن أحوالهما الاجتماعية بالمدرسة – وليتهما يفعلان!

والبنات المشاكسات ما شأنهن؟

ان أكثر الدراسات عن الأنشطة المتعلقة بحب المشاكسة والعدوان والتسلط، قد أجريت على الصبية. والسبب في ذلك أنهم أكثر ممارسة لعدوانهم، على رؤوس الأشهاد. ولكن الدراسات تبين أيضاً أن هذا النشاط العدواني ليس مقتصراً على الذكور. لذلك فإن ما يفعلونه لا يصح أن يؤخذ

مقياساً لتوضيح أسباب هذا السلوك. وإنما المقياس الصحيح هو تحديد معنى ما هو مقصود بالعدوان. وهذا المعنى لخّص نتيجة للدراسات المتنوعة بأنه الرغبة في "إلحاق الألم أو الأذى للآخرين". وهذه الرغبة يمكن أن تخالج نفوس الفتيات أيضاً كما تخامر نفوس الفتيان. ولكن للفتيات توجهات خاصة من هذه الناحية يمكن تخليصها في الأفعال التالية:

- بث الشائعات المؤذية ضد الضحية بين رفيقاتها.
- حث الآخرين على الانصراف عن حب فلانة من الناس.
- محاولة الاستبداد والتحكم بالضحية عن طريق اللجوء الى طريقة العزل الاجتماعي والقطيعة.
- التهديد بنبذ صداقة الضحية اذا لم تفعل كذا وكذا ....

لقد دلّت الدراسات على أن الفتيات والنساء أكثر تقديراً للأمور المتعلقة بالصداقة والعلائق الوثقى، وإقامة مخادنة بينهم وبين زميلاتهن. لذلك فإن من أسباب الأذية والأضرار التي قد تلجأ اليها الفتاة، هي الضرب على وتر هذا الميل الفطري للمصادقة والمخادنة، بقصد إحداث الضرر المرغوب فيه.

((صحة طفلك بين يديك))

خطة قومية للحفاظ على حياة أطفالـــنا

مـــن أمراض الجهاز التنفسي الحــادة

من أجل الحفـــاظ على حياة أطفالنا من مخاطر الأمراض المختلفـــة ... كان مشروع الحفاظ على حياة الطفل ثمرة اهتمام الدولة والأجهزة الصحية فـــي مصر.. لمكافحة كل الأمراض التي يتعرض لها الطفل المصري.. ومن ضمـــن هذه الأمراض.. أمراض الجهاز التنفسي الحادة التي تصيـــب الأطفـــال بنســـبة كبيرة، وتؤدي الى حدوث نسبة عالية من وفيات الطفل تحت سن ٥ سنوات.

حول هذا الموضوع .. قال الدكتور صلاح مذكور .. مدير عام الحجـــر الصحي والمسؤول عن مكـــافحة امراض الجهاز التنفسي الحـــادة بالمشـــروع القومي للحفاظ على حياة الطفل ..

من الأبحاث التي تم اجراؤها في اماكن مختلفة في مصـــر ... تبيـــن أن السبب الأول في وفيات الأطفال هو الإسهال. وكان الســـبب الثـــاني لوفيـــات الأطفال .. التهابات الجهاز التنفسي الحادة وخاصـــة الأنـــواع المختلفـــة مـــن الالتهابات الرئوية .. ولما كـــان المشروع القومي لمكافحة الإسهال قـــد حقـــق نجاحاً كبيراً في خفض معدلات وفيات الأطفال الناتجة من الجفاف الـــذي هـــو السبب المباشـــر للوفاة من أمراض الإسهال ... فقد اهتمـــت وزارة الصحـــة بقبول التحدي والنزول في معركـــة مكافحة امراض الجهاز التنفســـي الحـــادة بفرض تخفيف وفيات الأطفـــال الى الحد الذي يمكن لمصر أن تفخر بخفـــض نسبة وفيات الأطفال الى معدلات الدول المتقدمة ... ومن الهدف من مكافحـــة

امراض الجهاز التنفسي ... قال الدكتور صلاح مذكور ... تخفيض نسبة وفيات الأطفال أقل من ٥ سنوات من هذه الأمراض بمقدار ٢٠% سنوياً في خلال ٥ سنوات، وبجانب هذا الهدف توجد أهداف أخرى ...

١- وقاية الأطفال من حدوث الأمراض التنفسية الحادة.

٢- الاكتشاف المبكر لهذه الحالات وسرعة التعامل معها، وذلك منعاً للمضاعفات التي تؤدي الى الوفاة. ومن خطة المشروع لمكافحة أمراض الجهاز التنفسي ... قال:

تقوم الخطة الخمسية على الآتي:

١- توفير الخدمات الطبية والصحية لكل أطفال مصر لسرعة اكتشاف وتشخيص وعلاج أمراض الجهاز التنفسي.

٢- تدريب ما لا يقل عن ٨٠% من العاملين في الحقل الصحي من أطباء وممرضات ومعاونين ... على كيفية اكتشاف الحالات والتعامل الفوري معها وعلاجها.

٣- عمل التثقيف الصحي اللازم للأمهات ونشر الوعي الصحي بينهم للاكتشاف المبكر لحالات الجهاز التنفسي وعلاجها.

٤- ضمان المشاركة الشعبية من اجل تحقيق الهدف من المشروع وهو صحة أفضل لأطفالنا.

٥- اجراء البحوث اللازمة لمعرفة الوضع الصحي الحالي فيما يتعلق بأمراض الجهاز التنفسي واستمرار تطوره حتى نهاية المشروع.

٦- التقييم المستمر للجهود الصحية التي تبذل في هذا المجال لتحقيق الأهداف حتى يمكن معرفة الاتجاه الصحيح للمشروع والنتائج الايجابية أولاً فأول.

٧- توفير الرعاية الصحية من فحص وعلاج وأجهزة تشخيصية في جميع الوحدات الصحية في ربوع مصر، ليجد كل طفل مصري ما يحتاجه من تشخيص وعلاج في سهولة ويسر.

٨- انشاء نظام جيد لتحويل الحالات المرضية من خلال مستويات الخدمة الصحية الأعلى.

٩- ضمان توفير الأدوية العلاجية اللازمة في كل الوحدات الصحية.

١٠-سيتم دمج هذه الخطة ضمن خطة الخدمات الصحية الروتينية بحيث يمكن استمرارها بعد انتهاء فترة المشروع.

وعن أنواع الأمراض الجهاز التنفسي الحادة، قال: أمراض الجهاز التنفسي الحادة تشمل الآتي:-

١- الالتهابات التي تبدأ من البلعوم واللوزتين والبلعوم والحنجرة والقصبة الهوائية والشعب الهوائية والرئة.

٢- الالتهابات الرئوية المختلفة وكذلك التهابات اللوزتين وبعض الأمراض الأخرى مثل الدفتيريا والسعال الديكي والحصبة والالتهاب السحائي والجدري كما تشمل التهابات الأذن الوسطى.

وعن نسبة الوفيات من الأطفال بسبب أمراض الجهاز التنفسي الحادة ... قال: النسبة حوالي ٣٢% من وفيات الأطفال أقل من ٥ سنوات.

وفي ختام حديثه لطبيبك الخاص قال: لقد تم عـــرض الخطـــة الخمســية لمكافحة أمراض الجهاز التنفسي الحادة في حلقة علمية أقيمت مؤخراً، وحضرها عدد كبير من المسؤولين بالمشروع القومي للحفاظ على حياة الطفل كما حضرها اساتذة الطب في الجامعات ووزارة الصحة والقوات المسلحة، كمـــا حضرهـــا الدكتور بيرمان استاذ طب الأطفـــال بجامعـــة كلـــورادو بالولايـــات المتحـــدة الأمريكية، وخبير الجهاز التنفسي الحادة، كما حضرها ممثلون عـــن الوكالـــة الأمريكية للتنمية الدولية واليونيسيف، وقد اقتنعوا جميعاً بما جاء فـــي الخطـــة المصرية لمكافحة أمراض الجهاز التنفسي الحادة وأقروهـــا، وسوف يبدأ فـــوراً في تنفيذها، وسوف تشعر كل أم من الآن أن طفلها سيكـــون بخـــير وبصحـــة جيدة.

((نصائح طبية لك ولطفلك

لوقايته من الإسهال والجفاف))

- المحافظة بكل الطرق على الرضاعة الطبيعية:- وذلك بالبدء مباشرة بعد الولادة بوضع الطفل على صدر امه ... عدم الالتزام بأي مواعيد للرضاعة لأن لبن الأم يزيد افرازه بتكرار مرات الرضاعة للطفل.
- أن تكوين لبن الأم هو الأنسب لطعام الطفل، فهو سهل الهضم ويحتوي على انزيمات تساعد على هضم الدهون، وكذلك يحتوي على أجسام مناعية تساعد على حماية الجهاز الهضمي ضد الميكروبات المعوية خاصة في الفترة الأولى من حياة الطفل (لبن المسمار).
- المحافظة على نظافة الثدي وملاحظة عدم وجود التهابات بالحلمة عند رضاعة الطفل.
- عدم استعمال الحلمات الصناعية، لأنها غالباً ما تتعرض للذباب والحشرات والتلوث.
- عند فطام الطفل يجب إعطاؤه الطعام تدريجياً، بما يساعد معدته على تقبل الطعام، بحيث تكون مواد الطعام سهلة الهضم ومناسبة لعمره كالمهلبية، والخضار المسلوق (بطاطس وكوسة وجزر).
- الحرص على نظافة جسم الطفل ويديه وملابسه والأواني التي يتناول طعامه فيها.
- قص أظافر الأم لأن الميكروبات تختزن بها وتنتقل الى الطعام عند

تحضيره.

- في حالة تغذية الطفل بالرضاعات الصناعية يجب مراعاة تعقيم الزجاجات المستعملة في الرضاعة بغليها على الأقل عشر دقائق، وكذلك الماء المستعمل في تحضير الرضعة مع إرضاع الطفل اللبن المكون خلال نصف ساعة من تحضيره على الأكثر أو تحضير لبن آخر، ويجب غسل الزجاجة بعد الرضاعة مباشرة.
- في حالة حدوث الاسهال يجب استعمال محلول معالجة الجفاف مباشرة. وكذلك عدم التوقف عن رضاعة الطفل وتغذيته خلال فترة الاسهال.
- عند إذابة محلول الجفاف، يجب مراعاة حجم المياه المضافة للكيس (٢٠٠سم٢ ماء)- وعدم إضافة أي شيء للمحلول حتى لا يفقد خواصه.
- عدم إعطاء أي مضادات حيوية للطفل عند الإصابة بالاسهال إلا بإذن الطبيب.

صحة الأسرة = رفاهية المجتمع

عزيزي الأب عزيزتي الأم ، ومن أجل صحة الأسرة ورفاهية المجتمع ان المسؤولية بالدرجة الأولى تقع على الأم نؤكد ما ثبت حقاً من الدراسات من أن معدلات اطفال السيدات المتعلمات أقل منها بين أطفال السيدات غير المتعلمات حتى ولو كان الأب متعلماً وقد يرجع ذلك الى عاملين أساسيين: أولهما زيادة الوعي الصحي لدى الأمهات المتعلمات وثانيهما قلة متوسط عدد الأطفال بين الأمهات المتعلمات عنه بين الأمهات غير المتعلمات مما يتيح لهم فرص أفضل لرعاية الأم. نلخص من ذلك بأن المدخل الرئيسي لحماية أطفالنا على المدعى البعيد هو زيادة نسبة التعليم بين الأناث، وهذا لحسن الحظ ما يحدث في حاضرنا هذا وإن كنا نتمنى المزيد. أما على المدى القريب فإن المدخل الطبيعي كحماية أطفالنا هو زيادة الوعي الصحي للأمهات، ولا يعني ذلك تعريفهن على الحقائق العلمية عن الأمراض ومسبباتها إنما يجب أن يكون التركيز على الخطوات العملية التي ينبغي عليهن عملها ليس لحماية أطفالهن فقط، إنما لحماية أفراد الأسرة جميعاً، وليس في ذلك مبالغة فإن الأم هي راعية الأسرة كلها معيشياً واجتماعياً ونفسياً وبالتالي صحياً.

ولو قصرنا حديثنا هذا على الأطفال ولكن هذه امثلة على ما أقول.

دعنا نتذكر سوياً نوعية الأمراض القاتلة التي تصيب أطفالنا، واغلبها ينحصر في عدد محدود من مجموعات الأمراض أهمها: سوء التغذية والأمراض المعدية (الإسهال، الحصبة، التهاب الجهاز التنفسي الحاد)، والحوادث (المنزلية وغير المنزلية) ولعل سوء التغذية هو اهم تلك المجموعات لسببين: أولهما، أنه فضلاً عن تأثير على النمو البدني والعقلي للطفل، فإنه

يضاعف من فرص تعرضه لكثير من الامراض المعدية كما تزداد حالة سوء التغذية بتكرار إصابة الطفل بالأمراض المعدية.

أما السبب الثاني لأهمية سوء التغذية فهو ان تجنبه ميسور لكل أم يتوفر لديها القدر الأدنى من المعرفة بأهمية تغذية الطفل السليم والمريض على السوء. ومن ثم فإن النصيحة الطبية لحماية طفلك من سوء التغذية – عزيزتي الأم– تتلخص في أربع قواعد صحية هي:

١- الاهتمام بتغذية الطفل بإرضاعه من ثدي أمه منذ الساعات الأولى لولادته واستمرارها "حولين كاملين لمن أراد أن يتم الرضاعة" (صدق الله العظيم وتجلت حكمته وبما لا يقل عن عام ونصف ...).

٢- البدء في إطعام الطفل الرضيع (تغذية تكميلية) ابتداء من الشهر الرابع (او السادس على أكثر تقدير)، تدريجياً الى جانب الرضاعة.

٣- أما إذا اضطررت – عزيزتي الأم الى إرضاع طفلك رضاعة صناعية (لبناً خارجياً). فإن عليك أن تهتمي جيداً بطريقة تحضير الرضعات، وبنظافة أدوات الرضاعة بغسلها جيداً عقب كل رضعة وغليها قبل إعداد الرضعة التالية وتجنب تلوثها بالحشرات.

٤- أما في حالات المرض فإن التغذية هامة وضرورية لزيادة مقاومة الجسم للمرض. والمساعدة على سرعة الشفاء..

فلا تتكاسلي عزيزتي الأم في التردد على مركز رعاية الأمومة والطفولة أو الوحدة الصحية بقريتك لمتابعة نمو طفلك، واستشارة الطبيب أو اخصائية التغذية أو الممرضة في نوعية وطريقة اعطاء الأغذية التكميلية.

((الرضاعة الطبيعية = طفولة سعيدة وشباب دائم))

تعتبر الرضاعة من ثدي الأم نعمة الاهية كبرى لكل من: الأم والطفل والأسرة والمجتمع والإنسانية جمعاء.

فبالنسبة للأم:

توثق رضاعة الثدي بين الأم وبنيها وتصبح الأم هي قاعدة الأسرة المتينة الملتحمة بأبنائها برباط يستمر مدى الحياة.

كما أن مص حلمة الثدي يمنح الأم سعادة كبرى خصوصاً عندما تضع طفلها على ثديها عقب الولادة .. فتكون الرضاعة هي جائزتها الكبرى على ما عانته من تعب الحمل والولادة.

ومص الحلمة يساعد على افراز اللبن فور الولادة، ويساعد على عودة الرحم لحجمه الطبيعي، ويقلل من النزيف الذي يحدث عقب الولادة .. وبذلك تحتفظ الأم بحيويتها كما أن رضاعة الثدي تقلل من نسبة حدوث سرطان الثدي كما أثبتت الاحصائيات المقارنة بين حدوثه في كل من أمريكا واليابان.

والرضاعة أيضاً تعيد للأم رشاقتها .. فهي تستهلك الشحوم الزائدة التي اختزنها الجسم خصيصاً .. ليمدها بالطاقة التي تستخدمها في افراز اللبن.

وأخيراً ..فإن الرضاعة لمدة سنتين كما أمر الله سبحانه وتعالى تباعد بين فترات الحمل وتعتبر مع بعض الوسائل الموضعية البسيطة من أفضل وسائل تنظيم الأسرة حتى يستطيع الصغير أن يأخذ حقه من عناية ورعاية أسرته.

فإن الطفل يرضع الحنان والانسانية مع لبن الأم، والتصاق الوليد بجلد

أمه بعد الولادة واحساسه بالدفء وبنبضات قلب الأم وبريق عينيها وسماعة صوتها مناغية كل هذا يغرس في عقله الباطن احساساً بالشعور بالأمان،[1] والطمأنينة والحنان كما يربى في اللاشعور حب الجمال والعذوبة.

فطام طفلك ... له قواعد

تعتبر فترة الفطام مرحلة من مراحل حياة عمر الطفل الأولى وهي عادة تبدأ من الشهر الرابع وفيها تبدأ الأم اعطاء الطفل الوجبات الصلبة نوعاً ما بالملعقة لتستبدل بها رضعة من رضعات اللبن. والفطام له قواعد التي يجب أن تتبعها الأم حتى تمر هذه الفترة بسلام، ودون أن يتعرض الطفل لبعض المضاعفات. يبدأ الفطام بإعطاء الطفل رضعة اللبن سواء كانت طبيعية أو صناعية كل ٤ ساعات بدلاً من ٣ ساعات، كما كان في الشهور الثلاثة الأولى من عمره، ولكي لا يفقد الطفل نسبة كبيرة من السوائل، خاصة في فصل الصيف، فإنه يجب اعطاؤه الماء بعد غليه بواسطة البزازة أو المعلقة أو الكوب.

واذا كان الطفل يرضع رضاعة صناعية بلبن نصف دسم، فيمكننا بدءاً من الشهر الرابع اعطاؤه لبناً كامل الدسم بالتدريج (أي استبدال رضعة واحدة ثم بعد فترة نستبدل رضعة أخرى)، ويستحسن الا نبدأ في أيام الحر الشديد، كما يجب تأجيل ذلك اذا كان الطفل مريضاً أو عنده ارتفاع في درجة الحرارة من أثر التطعيم. وفي هذه الفترة يمكن اعطاؤه أيضاً الزبادي مع ازالة الطبقة السطحية واضافة قليل من السكر أو عسل النحل حسب رغبة الطفل وهذه الأغذية مثل: المهلبية، البطاطس المهروسة أو المقلية، البسكويت، شوربة

---

(1) "طبيبك الخاص" العدد ١٩٨ – السنة السابعة عشرة . ص ٨٨

خضار مطهية مع شوربة دجاج أو عظم اللحم أو أرانب، ثم اضافة صدر فرخه بالتدريج.

كـل هذه النوعيات يقبل عليها الطفل كلما تعود عليها مبكـراً، وتعطيـه المواد اللازمة لنموه الطبيعي، وبذلك نكون قد قللنا من عدد رضعـات اللبـن، لتصبح رضعة واحدة في الصباح الباكر، واخرى في المساء قبل النوم.

ويجب أن تستمر هاتان الرضعتان حتى يتم عامة الأول، أو يزيـد قليـلاً وذلك لاحتياجه للبن كمصدر غني بالكالسـيوم والفيتامينـات اللازمـة لعمليـة التسنين، ويمكن أن تبدأ الأم بعد ذلك بالتدريج بإعطائه الجبـن، أو الفـول، أو الأرز.

ويجب أن تراعي الأم رغبة الطفل في أن تضغط عليه حتـى لا تتحـول عملية الأكـل الى معركة، تفقد الأم فيها أعصابها وتصر أن يتنـاول الطفـل وجبته، بل يجب عليها الرفق والحنان مع جذب انتباهه الى بعض اللعب حتـى ينشغل ويتناول طعامه.

وقد يحب الطفل شوربة الخضار مثلاً بالسكر بدلاً من الملح، وقد يحـب وجبة معينة لفتـرة ما ... ثم يكرهها عندئذ يجب أن تمنعها الأم لفـترة، ثـم تعود اليها فقد يقبل الطفل عليها مرة أخرى.

ويجب أن يتم تعود الطفل على أي صنف جديد بالتدريج ...

((علمي طفلك ماذا يأكل))

ما أطول ما ينفق الوالدين من وقت في التفكير بالطعام الذي يقدم لأفراد الأسرة، من اعداد ومعالجة، فالوالدان هما اللذان يخططان لصنع وجبات ويؤمان الأسواق طلباً لمكوناتها. ثم هما اللذان يحملانها الى البيت لإعدادها. وبعدها تتولى الأم حمل الأطباق عن المائدة وهي التي تقوم بتنظيفها وغسلها. ولذلك فإن آخر ما يطبقه الوالدان هو أن يضطرا لمجادلة أطفالهما في أمر الطعام.

ومع ذلك، فغالباً ما يلجأ الوالدان الى مداهنة طفل مقل في طعامه ومحاولة اقناعه بشتى طرق التدليل والتهديد بتناول ما يفيده من أطعمة أو الامتناع عن تناول ما يضره منها. واذا كبر الأطفال وصاروا صبية وصبايا كانت ارادة الوالدين ان يتناولوا طعامهم على مائدة البيت في مواعيده، ويكفوا عن تناول العجالات (Snakcks) قبل مواعيد الطعام. ولكن كثيراً ما يكون لأبنائنا وبناتنا آراء حول موضوع الغذاء تخالف ما نراه. فقد يستعيضون عن وجبات الطعام بوجبات سريعة ورخيصة.

والطفل المتنوّق (المبالغ الصعب الإرضاء) في طعمه، المقل في الأكل هو على ما يبدو مشكلة كبرى من مشاكل كثير من الأسر في شتى مجتمعات العالم.

والطفل الصغير اذا كان من هذا القبيل، نراه ينقر طعامه نقراً كفراخ الطير، واذا كان مبالغاً في التيه والدلال فإنه يملأ البيت صراخاً وعويلاً اذا أبطأت الملعقة في الوصول الى فمه. ومن جهة أخرى، فإن الطفل الصغير قد

يطلب الأكل من هنا ومن هنا ولا يبالي ان يملأ فمه بكل ما تقع يده عليه، ولا تكاد تنقضي بضعة أشهر حتى يفقد هذا الطفل نفسه اهتمامه بكل ما يمت للطعام بسبب ويقبل أشد الاقبال على الطعام الحلو ولو كانت عناصر النظافة تنقصه. فما علة هذا التحول يا ترى؟

ان الطفل في العامين الأولين من حياته قد يزداد وزنه بمقدار أربعة أضعاف وزنه الأول عند ولادته. وبطبيعة الحال، فإن مثل هذا النمط السريع من النمو قد لا يستمر. فلا عجب ان يطرأ تبدل على عادات الطفل الغذائية بين وقت وآخر. ان معظم المشاكل الغذائية تحدث في حوالي العام الثاني من حياة الطفل، والملاحظ ان هذه هي السن التي يحاول فيها الوالدان دفع طفلهما دفعاً الى الطعام. قد يتعلم الطفل في سن مبكرة قيمة الطعام لا بوصفه غذاء بل بوصفه سلاحاً. وكثيراً ما يلجأ بعض الصغار الى هذا السلاح في سن الرابعة مثلاً. فإذا جلس الى المائدة فاجأ الحضور بقوله انه لن يصيب شيئاً من الطعام. وتتطور ردود فعل الوالدين على هذا النحو، تفزع الأم في أول الأمر وتبادر طفلها بالسؤال: "ألست جائعاً يا عزيزي. ألست اليوم على ما يرام؟ ثم يأتي دور المنطق:" إنك في حاجة للطعام الطيب لكي تنمو ويصلب عودك".

ويصر الطفل على عناده وعندها يأتي دور الإقناع الهادئ: "حاول تناول بضع لقيمات، انك تحب الفاصولياء الخضراء". ثم يأتي دور الأب في محاولة إقناع الصغير: "لقد أتعبت امك نفسها في اعداد هذا الطعام الشهي". وبعدئذ يتحول الأمر الى انذار الى الطفل الحرون: والآن كف عن هذا الهراء ايها الفتى وتناول عشاءك". ويرتسم على شفتي الطفل شبح ابتسامة قد تكون دالة على التحدي : ترى أية قوة قد يملكها هذا الطفل في المعركة الوشيكة التي

تحددت خطوطها الآن؟

وبعد فأية عناصر من حياة الطفل يستطيع التحكم بها في هذه السن؟ انه الآن في طور التعلم كيف يحقق استقلاله. فهل نلومه والحالة هذه لو حاول أن يجرب واحداً من أسلحته القليلة. ان الوالدين لا يستطيعان طبعاً فتح فم الطفل عنوة واقتداراً وصب الطعام في فمه صباً. وتدربهما على مواجهة مثل هذه المواقف والمجابهة، هو تدرب قليل الا باستثناء ما كانا قد تلقناه من سلفهما أثناء نشوئهما. اننا احياناً نود لو صححنا عند تربيتنا لأطفالنا هفوات يخيل الينا ان آباءنا وأمهاتنا قد وقعوا فيها أثناء معاملتنا أطفالا. فالوالدان مثلاً قد لا يفتآن يذكراننا بالمجاعات في بعض أقطار الدنيا مؤكدين بأن ضحايا تلك المجاعات يتمنون أشد التمني لو قيض له أكل مثل هذا الطعام الذي نأنف منه.

أو قد يتذكر الأب قاعدة طالما كانت تطبق عليه في طفولته: "لا حلوى قبل أن تأتي على ما في طبقك، أو قد تتذكر الأم انها كانت في صغرها ترغم ارغاماً على تناول طبق كامل من الجزر المسلوق الذي كانت تعافه نفسها، ولذلك نراها تقسم بأنه لو رزقت أطفالاً، فإنها لن تحمل أياً منهم على اتيان ما يكره، ولكن هذه الأم تجد نفسها الآن وهي تتعامل مع أطفالنا أنها تقف في الجانب الآخر من السياج.

تقول الفطرة السليمة ان الأبناء والبنات ينبغي ان يكفوا عن التهام الطعام حال احساسهم بالشبع وذلك خوفاً عليهم من البدانة. ونحن نعتقد من جهة ثانية بأن حمل الطفل على أكل ما لا يشتهي، يؤدي الى عكس ما نرجوه، ولكن هذه الاعتقادات ليس من السهل تطبيقها عندما نواجه مشكلة ما. فمن الصعب مثلاً ان تحمل صغيراً نهما أكولاً على الاقتصاد في الأكل. إن مشاكل الطعام لا

تزول بعد أن يكبر الطفل، وانما تتبدل، فالأم التي تستطيع تحديد نوع الطعام الذي ينبغي ان يتناوله الطفل في صغره، هذه الأم نفسها قد لا تستطيع ضمان ذلك بعد نمو ذلك الطفل، فالأبناء والبنات الكبار ينالون نفقة (مصروفاً) من ذويهم، وأولئك الكبار سريعو الاهتداء الى حوانيت بيع الأطعمة والأشربة المعجلة الرخيصة.

هنالك وسائل كثيرة تكلف القضاء على كثرة بث الصغار وشكواهم من طعام البيت. فإذا كان الصغير كثير الانصراف عن طعام أهله، فإن من خير ما يفعله والداه للقضاء على شكواه هو اشراكه في التخطيط والاعداد، وهكذا تقل أسباب تذمره ويقوى احتمال اقباله على طعام البيت، فلتطلب الام الحصيفة من أبنائها وبناتها واحداً بعد الآخر أن يصحبوها الى السوق، ولو مرة واحدة في الاسبوع، لانتقاء ما يلذ له أو لها من طعام يشتمل على الفائدة الصحية الى جانب المتعة، فإن هي فعلت ذلك اطمأنت في معظم الحالات الى وجود من يعينها على تنظيف المواد وإعدادها للطبخ. وماذا على الأم لو مكنت صغارها في المنزل من تناول شيء من المقبلات التي تحفظ عادة للمآدب الرسمية التي يدعى اليها الأغراب؟ وهي يضيرها لو رأى الصغار على المائدة معدات غير مألوفة في كل يوم، كالملاعق والشوك والسكاكين التي تدخر لتلك المآدب.ان مثل هذه الأعمال قد تغري الصغار بالأكل وتحملهم على ملازمة المنزل في أوقات تناول الوجبات المنزلية التامة. ولتحرص الأم على أن تهيئ لصغارها قبل ذهابهم للمدرسة إفطاراً ساخناً في كل صباح. وليس هذا الأمر العسير على الأم الموظفة أو العاملة. اذ أن الأم تستطيع مهما تعددت مشاغلها في الصباح ان تهيئ لصغارها افطاراً دسماً ساخناً يضاعف نشاطهم ويضمن حسن تلقيهم لدروسهم، وذلك عن طريق اعداد مكونات الافطار منذ مساء اليوم السابق أو

حتى قبل حلول الموعد بأيام. وهكذا تستطيع خلال دقائـق قليلة قبـل الوقـت المحدد ان تطهو ذلك الطعام وتعده للافطار الشهي.

تشكو الأم أحياناً مر الشكوى من انقطاع شهية ابنها وميلـه الى الاقـلال من الطعام في المنزل ويحيل لها أن صغيرها قد أصبح صعـب المـراس لا يسهل ارضاؤه. ولكن لو حسبت الأم كمية ما يكون قـد دخل في جوفـه مـن طعام في ذلك اليوم. لأدركت على الفور ان ابنها قد اسـتوفى بالفعـل. كمّـا وكيفاً، كل متطلبات التغذية السليمة الصحية في ذلك اليـوم، وهكـذا لا يبقـى لشكواها أي أساس، ويصبح لزاماً عليها ان تقتصد في الشكوى واظهار التفجـع. في أيام العطل الاسبوعية، يطمئن الصغار أنهم باقون في البيت بدون أن يعكـر صفو استمتاعهم احد. لذلك فإنهم في أيام العطل يكونـون أشـد ميـلاً الـى الاستيقاظ المبكر من نومهم كيلا تفوتهم مشاهدة أفلام الصور المتحركـة علـى شاشة التلفزيون. وهكذا يأخذون في الصراخ منذ الصباح الباكر بأنـهم جيـاع. وهذا يستدعي طبعاً قيام الأم من فراشها لتلبية حاجات صغارها.

فإذا كان الصغار قد بلغوا سناً معينة تمكّنهم من حسن التصرف الى حدود معينة، فإن الأم الموظفة لا تجد نفسها مضطرة في مثل هذه الحالة الى مغـادرة فراشها في الصباح الباكر من أيام عطلتها، لو هيأت لصغارها في الثلاجة أنواعاً من الطعام الخفيف والعجالات التي يستطيعون بسلام تناولها أثنـاء مشـاهدتهم التلفزيون ريثما تصحو الأم وتحضر للأسرة كلها إفطاراً كاملاً.

ثم من يقول ان الصغار عند بلوغهم سناً معينـة لا يسـتطيعون اعـداد طعامهم بأنفسهم؟ قد يفاجأ الوالدان عندما يكتشفون أن صغارهم، يقبلون على هذا العمل أيما إقبال ويستطيعون أن يتكلفوا بأمر تهيئة إفطارهم، والتعـلات التـي

تسبق موعد الغداء، فلا يضطرون الى تناول السندويشات الرخيصة المريبة المصادر.

في مثل هذه الحالة قد يستغرب الوالدان منظر صغارهم وهم، قبيل ان يأووا الى الفراش، ينهمكون في اعداد طعامهم في صباح اليوم التالي. والصغار طبعاً يفضلون اختيار أنواع الأطعمة التي لا تكفلهم عناء الإعداد الكبير وإنما هو من النوع الذي تسهل معالجته وتهيئته. وهم عادة اذا خيروا اختاروا أطعمة كالجبن أو قديد اللحم المحفوظ (المارتديلا). وهي من الأطعمة السريعة التقطيع والإعداد. ثم نراهم يلفون ما يعدونه من طعام ليلاً في مجلة الثلاجة (الفريزر) ثم يضعون في أكياس الورق بعض الفواكة الطازجة أو المجففة.

واذا كانت الأم من النوع الذي يصر على أن يأتي الصغير على كل ما يوضع في طبقه من طعام، وتواجه كثيراً من المشاكل بسبب ذلك، فتلجأ الى هذه الحيلة التي قد تذلل لها كل مشاكلها، الا وهي ان تجعل حجم الطبق صغيراً بحيث يصبح من المؤكد ان يلتهم الصغير كل ما في طبقه. وللأم أن تنام ناعمة البال فالصغير لا يمكن ان يغادر المائدة جائعاً بل نراه يملأ طبقه الصغير مرة بعد اخرى حتى يشبع. وخير للأم، على كل حال، أن يأكل الصغير، ولو عشر حبات من البازيلاء صامتاً، بدلاً من ارغامه على تناول طبق كبير منها اذا كان ذلك يرافقه اشمئزاز وعسر هضم. وقد يكون الصبي مثلاً كثير التشكي من نوع الطعام الذي تقدمه أمه على المائدة. وخير علاج لمثل هذا الصبي هو ان يترك وشأنه يختار من الثلاجة الأنواع المتبقية من طعام اليلة السابقة. قد يكون الصغير محباً لأنواع من الطعام لا تؤكل في العادة وحسب التقاليد

المتبعة، اثناء الإفطار. لنتركه الأم وشأنه اذا كـانت نفسه تستمرئ الطعـام "الثقيل". ثم، هل صحيح أن الصغار جميعاً يصلون من المدرسـة جياعـاً؟ اذا عادوا الى البيت عند العصر جياعاً حقاً، ولم يكـن موعد العشاء قد حل بعـد، فإن إرغامهم على تناول طعام العشاء عصراً هو مما يخلق المشاكل. فالصغـار في ذلك الوقت يفضلون عادة أن يتناولا عند العصر عجالات وسلف وأطعمـة خفيفة كالكعك والمثلجات المجمدة. فإذا أكثروا من هذه الأطعمة الحلوة امتـلأت بطونهم وانصرفوا بعد ذلك عن طعام العشاء.

الأم العاقلة لا تفوتها هذه الحقيقة طبعاً. وقد يكون من خـير مـا تفعلـه لمواجهة مثل هذه الحاجة ان تقوم هـي بـإعداد بعـض العجـالات المغذيـة والمكسرات والفواكه ووضعها في أمكنة يسهل على الصغار الوصـول اليـها، ولكن مع التأكد من أنهم لا يسرفون في تناول هذه العجالات طبعاً لئـلا تفسـد شهيتهم وتضعف عن تناول طعام العشاء. وللأم أن تتيقن من أن الصغير يـأخذ في البحث عن هذه العجالات قبل أن يبحث عن الحلوى والمثلجات. ولن تعـدم الأم الحاذقة وسيلـة للتجديد في تقديم نفس الأطباق التي قد يكرهـها الصغـير فتتهمه بأنه نيّق صعب الإرضاء. ان التجربة مطلوبة حتى في مجـال الطعـام واعداد الأكل، وتستطيع الأم ان تجرب التجديد وذلك بصنع الأطعمة والأطبـاق الموصوفة في المجلات والكتب. ولا بأس من أن تبتكر الأم وجبات من صنـع خيالها هي حتى ولو قال بعض الصغار احيانا: "هـل هـذه وجبـة حقيقيـة أم مخترعة؟" فتلك طريقة في الكلام يحاول الصغار أن يخبروا أمهم عن طريقـها بأنهم ليسوا أغبياء وانهم يستطيعون التمييز بين الغث والسمين.ولمحاولـة الأم ابتكار الطعام فائدة أخرى: ان الصغار سرعان ما تضمحل لديهم عادة الانتقـاد عندما يدركون عظم الجهد الذي تبذله الأم في سبيل مرضاتهم.

((عندما يأكل طفلك بالإكراه))

• لماذا تصبح وجبة الطعام مثاراً؟

* طفلي الصغير لا يأكل .. انها شكوى الأمهات التـــي ترســـم صـــورة للمتاعب التي تنتظر الطفل الصغير .. الهزيل .. في المستقبـــل وعندما تحشــد الأم أمام طفلها أكواماً من الطعام .. فهو يرفض .. وهي ترجـــوه .. وتتوســـل اليه أن يأكل ! ويصر الطفل على الرفض .. وقد تضطر الأم الـــى ضربـــه .. وهو لا يزال مصراً .. لا يأكل. لماذا يفعل الأطفال ذلك ؟.

وفي أي مرحلة من أعمارهم يهربون من تناول الطعام؟

وما هو التصرف السليم مع مثل هؤلاء الأطفال؟ مجموعة من علامـــات الاستفهام أحاول الإجابة عنها في هذا المقال.

أولاً قد يبدأ هذا النوع من التصرف في مرحلة الرضـــاعة ...ولكن فـــي نفس الوقت قد تستمر هذه الظاهرة في مرحلة الطفولة المبكرة (وهي التي تقـــع في الفترة التي يتراوح فيها عمر الطفل بين عامين وستة أعوام).. بل قد تمتـــدد هذه الفترة الى مرحلة الطفولة المتأخرة (التي تصل الى سن اثني عشر عاماً).

* الرضاعة في مكان هادئ..

من المعروف أن الخوف له تأثير بالغ على وظيفـــة المعـــدة .. بـــل ان الخوف يلعب دوراً كبيراً في مقدار افرازاتها .. وبجانب ذلك يؤثر الخوف فـــي حركة الأمعاء .. ومن المعروف أن بعض حالات الشعور بالامتلاء أو الاحساس بالحموضة.. أو حتى القيء .. والامساك والإسهال .. كـــل هذه الحالات تـــدل على وجود قلق نفسي..وتزول في حالات كثيرة بزوال حالة القلق.

والآن جاء دور الكلام عن الظروف التي يجب أن تتوفر خلال فترة الرضاعة:-

يجب ان تجلس الأم في مكان هادئ أثناء الرضاع ٠٠ على أن تتم الرضاعة في مواعيد منتظمة ٠٠ كل ٤ ساعات مثلاً ٠٠ وذلك حسب احتياج الطفل. ولكن اذا لوحظ أن الطفل لا يرضع الكمية الكافية ٠٠ أو أن صحة الأم لا تساعدها على ارضاع طفلها بشكل كاف ٠٠ففي هذه الحالة يجب الاتجاه الى تكملة الرضاعة الطبيعية بالرضاعة الصناعية ٠٠ وقد يدعو الحال الى الاقتصار على هذه الحالة وفي حالة الاتجاه الى الرضاعة الصناعية يجب أن تشمل الأم الرضيع بالعطف والحنان اثناء رضاعته من الزجاجة، وبذلك تضمه في الوضع الذي يعطيه الاحساس بانه يرضع رضاعة طبيعية. وعندما يصل الطفل الى الفطام يجب أن يكون الفطام تدريجياً. فالعلاقة الوثيقة بين الطفل وثدي الأم لا يجوز ان تقطع هكذا ٠٠٠ فجأة ٠٠٠ ان الفطام المفاجئ مصدر أكيد للقلق النفسي٠٠ كما أنه يعطي الطفل الشعور بالحرمان ٠٠ ولكن من الممكن ان يتعود الطفل-تدريجياً- على ترك الرضاعة من ثدي الأم. وفي نفس الوقت يجب أن نقرر حقيقة أخرى، وهي أن الاستمرار في الرضاعة لفترة أطول من اللازم يضر بالطفل ٠٠ لأن ذلك يزيد من اعتماد الطفل على أمه كما أن هذه الرضاعة في هذه الحالة لا تكون مناسبة لصحة الطفل.

وعندما يبدأ الطفل في استخدام الملعقة يجب أن يكون ذلك هو جالس في حجر أمه ٠٠ وبعد فترة يمكن اطعام الطفل باستخدام الملعقة أثناء جلوسه على كرسي أمام المنضدة.

- **التسنين واضطراب التغذية**

ومن الملاحظ ان فترة التسنين كثيراً ما تكون مرتبطة بحدوث صعوبات

في التغذية .. والتسنين مجرد مثال .. فأي مــــرض عضــوي قـــد يســبب اضطراباً في عادات التغذية السليمة..وقلــق الأم نتيجة لذلك يزيد من حدة هــذه الاضطرابات ·· ولكن يجب أن نعرف ان الطفل يشعر بالأم موضعية نتيجـــة التسنين، وكثيراً ما تكون هذه الآلام سبباً في الاضطرابات المرتبطة بالتغذية.

- **عندما يزيد اهتمام الأم**

ويزيد اهتمام الأم بتغذية طفلها ·· خاصة بعد انتهاء فترة الرضاعــة ·· فهي تريد ان يأكل ابنها أكبر قدر ممكن من الطعام حتى يكبر بسرعة·· وقـــد يتجاوز اهتمامها الحد المعقول فنجد انها تستحث صغيرها باستمرار على تنــاول المزيد من الطعام.وهي تطلب من الطفل ان يمضغ ويبلغ بسرعة ·· ويحـــدث ذلك بصورة أوضح بين الأمهات العاملات·· فالوقت ضيق! ويلاحــظ الطفــل شدة اهتمام الأم··والقلق الواضح في حركات وجهها·· والغضب الحقيقي فــي تقطيب حاجبيها، فيصطنع الصغير العناد ··ويتباطأ في الأكل ···بـــل وقــد يرفض تناول الطعام ·· وهنا تنفعل الآم ·· وتحت تأثير هذه المشـــاعر قــد تستعمل العنف. والعنف يولد الخوف والغضب في نفسية الطفل··وهذا بالتـــالي ينتهي الى فقد الشهية! وهكذا تصبح وجبة الطعام مثاراً للرعب··بدلاً مـــن أن تكون مناسبة سارة يشبع فيها الطفل حاجة الجوع. وبتكرار مثل هذه المواقـــف تتكون عند الطفل عقد نفسية غذائية قد تكون مسببة في صعوبـــــات بـــالغة تظهر في مستقبل الطفل الذي يرفض أنواعاً معينة من الأغذيـــة ·· بـــدون أسباب واضحة ·· أو ظاهرة.

* **عندما يأكل الطفل أكثر**

والملاحظ أن الأطفال يأكلون أكثر مع اقرانهم، في دور الحضانة لا سيما

حين تكون المشرفة عليهم هادئة الأعصـــاب. وهذا بالطبع أفضل مـــن وجـــود الطفل مع الأم القلقة والوالدين الذين يريـــدان ملء فم الطفـــل طـــوال الوقـــت بالطعام. وهكذا يفهم الطفل في النهاية ان عـــدم الاقبال على الطعـــام يصبـــح سلاحاً ناجحاً يكسب عن طريقته كل الطلبات.

وليس هذا التصرف في مصلحة الطفل بأي حـــال. وقد يتعـــود الطفـــل بعض العادات مثل سماع الراديو، أو وضع الألعاب مـــن حوله خـــلال فـــترة تناول الطعام، ولكن هذا يزيد من مشـــاق امه، أو من يشـــرف علـــى اعـــداد الطعام، والذي يجب ان نعرفه ان الطفل لـــن يصاب بسوء اذا لم يـــأكل شـــيئاً خلال يـــوم او يومين، وعلى هذا يجب الا يصاب الوالدين بـــالفزع اذا رفـــض الطفل وجبة بأكملها فغن حالته الصحية اذا كانت سليمة فإن شـــعوره بـــالجوع سوف يتغلب على أي شعور آخر.

أما الأكل بالاكراه.. فإن نهايته عدم حـــدوث الـــهضم أو الامتصـــاص بالطريقة الطبيعية. ان النجاح في عملية التغذية يتطلب سعة الصدر من جـــانب الوالدين وخاصة الأم اذ ان عليها ان تكون هادئة دائماً تراقب الصغـــير وهـــو يتناول طعامه دون أن يشعـــر هو بذلك وبذلك يمكن أن يأكل طفلك في ســـهولة بلا اكراه ولا متاعب له أو لأهله!

((انقذ حياة طفلك بـ... اللقاحات))

للصغار أولاً وللكبار ثانياً نقول: اللقاحات ضرورة، واذا كان البعض يتخوف من آثارها الجانبية المحتملة، فإن هذه الآثار لا تقاس شيء متى عرفنا الفائدة الكبرى التي نجنيها من هذه اللقاحات. لقحي طفلك ضد الأمراض بلا تردد، أما انت ايها البالغ، فإن كان فاتك التلقيح في صغرك، فلا تتأخر عن اللحاق بركب... الصغار! فإن لاكتشاف اللقاحات واستخدامها في الوقاية من الأمراض نقطة تحول في حياتنا، لكن كثيراً من الناس لم يعطوا هذه اللقاحات ما تستحقه من الاهتمام، وبقوا غير محصنين ضد كثير من الأمراض التي نملك ضدها اللقاحات الفعالة. معلوم أن المناعة التي اكسبناها في طفولتنا لا تلبث ان تضعف وتزول بحلول السنة الأولى من العمر. وتبقى اللقاحات ضد الأمراض مصدر الوقاية الوحيد بالنسبة الينا. وبالرغم من أن مرض الحصبة أصبح نادراً، فإن الطفل الذي يصاب به يبقى معرضاً لاختلاطات هذا المرض واثاره كفقد البصر والسمع والتهاب السحايا. ذلك أن الفائدة التي تجني من اللقاحات ليست مقتصرة على الاطفال فحسب بل يمكن تحصين النساء الحوامل باللقاح الواقي من الحميراء (الحصبة الألمانية) اما تحصين المسنين ضد التهاب الرئة النزلة الوافدة فله ما يبرره.

هناك اعتراض واحد يثيره البعض حول التلقيح وهو الآثار الجانبية المحتملة التي يحدثها اللقاح لدى البعض، ولكن هذه الاعراض هي بسيطة ومؤقتة وتزول بعد يوم أو يومين. ومع تطور وسائل الانتاج، يتوقع تحسن ملموس في نوعية اللقاحات كما يمكن القول بأنه قد تم التوصل لاكتشاف العديد من اللقاحات لتصبح بعض الأمراض من الأمور المنسية كالجدري الذي

تم القضاء عليه في كافة أنحاء العالم. وتقوم الصناعة الدوائية بتطوير لقاحات ضد نخر الأسنان والتهاب الكبد والسيلان البني.

ما هي اللقاحات الشائعة الاستعمال اليوم؟

اللقاح الثلاثي ويضم العناصر المضادة لثلاثة أمراض: الدفتيريا (خناق)، والسعال الديكي، والتيتانوس (الكزاز). ويعطي هذا اللقاح للطفل في الشهر الثاني والرابع والسادس من عمره مع جرعة داعمة في الشهر الثامن عشر من عمره، وأخرى قبل الذهاب للمدرسة.

ان السعال الديكي مرض خطير للأطفال الصغار لكن الدفتيريا (وهو مرض انتاني يصيب البلعوم) والتيتانوس (الكزاز) وهو مرض ناشئ عن تلوث الجروح، خطيران للكبار على اختلاف اعمارهم. وللوقاية من هذه الأمراض الثلاثة، ينصح بالتلقيح باللقاح الثلاثي بجرعة داعمة كل عشر سنوات. وفي حوادث تلوث الجروح يشار بإعطاء حقنة من لقاح الكزاز اذا مضى على أخر تلقيح أكثر من خمس سنوات. أما بالنسبة للأولاد والكبار الذين لم يلقحوا في السابق باللقاح الثلاثي فينصح بتلقيح هؤلاء باللقاح الثنائي (تيتانوس + دفتيريا) وذلك بثلاث جرعات على فترة ٦ أشهر.

- **الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية**

ان اعطاء جرعة (حقنة) واحدة من اللقاح المشترك للأمراض الثلاث (الحصبة والنكاف –أبو كعب– والحصبة الألمانية) في الشهر الخامس عشر من العمر، يؤدي الى مناعة مدى الحياة من هذه الأمراض. ويعتبر الكبار في منتصف العشرينات من العمر حصينين تجاه الحصبة والنكاف. أم الشباب الأصغر من هذا السن الذين لم يصابوا بأي من المرضين الحصبة والنكاف. أو لم يلقحوا ضدهما فينصحون بتناول اللقاح. فمن الضروري تحصين الشباب

الصغار ضد النكاف (أبوكعب). أما الحصبة الألمانية فإنها تشكل خطراً كبيراً على النساء الحوامل لكونها تحدث تشوهات في الجنين، اذا ما تعرضت الأم الحامل لهذا المرض. ويمكن معرفة حصانة هذا الولد أو البالغ من هذا المرض بإجراء فحص مخبري بسيط، فإذا كانت المناعة غير متواجدة فيمكن تأمينها بإعطاء حقنه من اللقاح الواقي. وبالرغم من أن النساء اللواتي يلقحن بلقاح الحصبة الألمانية عند ابتداء الحمل أو أثنائه فإن هناك فريقاً من الأطباء ينصح بإعطاء اللقاح قبل الحمل بثلاثة أشهر.

- **شلل الأطفال**

صحيح إن هذا المرض لم يعد يخيفنا كالسابق لكننا يجب أن نقوم بتلقيح الأطفال ضد هذا المرض الشال للأطراف والمميت. وينصح بإجراء التلقيح في الشهر الثاني والرابع والثامن عشر من العمر مع تلقيح آخر داعم بعد ٤-٦ سنوات. أما الأطفال غير الملقحين والأكبر سناً فيعطون ٣ جرعات خلال فترة سنة. ويجدد التلقيح الداعم للبالغين المسافرين للبلدان التي ينتشر فيها هذا المرض.

- **النزلة الوافدة الأنفلونزا وذات الرئة**

للوقاية من النزلة الوافدة يقتضي إعطاء اللقاح مرة كل عام لكون المناعة لا تدوم أكثر من هذه المدة. أما اللقاح الواقي من ذات الرئة فيؤمن الوقاية لمدة خمس سنوات. ويصلح كل من اللقاحين لنفس المجموعة بتلقيحهم ضد هذين المرضين. ويشار بتلقيح الذين يعانون من ضعف في المقاومة بسبب آفة مزمنة في القلب أو الكليتين أو مرض رئوي مزمن. ولما كانت ذات الرئة فتاكة لدى الذين تجاوزا سن الخمسين، فإن الأطباء يوصون بتلقيح الأصحاء منهم كإجراء وقائي، أما النزلة الوافدة فإن خطرها يزداد مع

تقدم السن. ويشار بتلقيح كل من تجاوز سن الخامسة والستين، علماً بان بعض الظروف قد تتطلب تلقيح الشباب والأصحاء بلقاح النزلة الوافدة نظراً لاحتمال تواجد الأشخاص المسنين مع زملائهم في مكان العمل وانتقال العدوى اليهم بهذه الوسيلة.

- **التهاب الكبد**

ويعرف هذا المرض بالتهاب الكبد المصلي وهو الشكل الخطير من المرض. فهي طليعة الذين يحتاجون للتلقيح ضد هذا المرض العاملون في المستشفيات وفي مراكز الرعاية الصحية والعاملون في مخابر الدم والذين كرر نقل الدم اليهم.

متى يكون التلقيح ضرورياً ولمن يكون ذلك ...؟

يسود اعتقاد خاطئ بين كثير من الناس ان الاطفال وحدهم هم الذين يحتاجون للتلقيح وان مرض الحصبة أو النكاف أو السعال الديكي أو الدفتيريا أو شلل الأطفال هي "أمراض الطفولة" التي لا تصيب الكبار. ان الامراض الآنفة الذكر تصيب الكبار أيضاً اذا كانت مناعتهم غير كافية أو لم يجر تلقيحهم في سن الطفولة او كان يفتقر للجرعات الداعمة. فمثلاً لتأمين وقاية مستمرة من مرض الكزاز والدفتيريا، لا بد من اعطاء الجرعة الداعمة لكل عشر سنوات.

- **اللقاحات والمستقبل**

لقد تطورت الوسائل المخبرية وخطت خطوات واسعة. بحيث تمكنت من صنع جيل جديد من اللقاحات "الاصطناعية" ابتداء من الحموض الأمينية. وتعتبر هذه اللقاحات أكثر فعالية وأكثر سلامة من اللقاحات المعروفة اليوم والتي تحضر من الجراثيم.

((الحروق •• والتسمم •• تهديد للأطفال))

هناك أنواع مختلفة من الحروف فمنها ما ينتج من اللـــهب، أو الســوائل الساخنة، وهناك الحروق الكيميائية والكهربائية، وهنـــاك ايضـاً الاصابـات الناتجة عن استنشاق الدخان عن الحرائق وتسبب الحــروق عدد من الوفيـات بين الأطفال وقد تبدأ الحرائق في المنزل بسبب لعب الأطفال بـأعواد الثقـاب، والقاء أعقاب السجائر".

كما أن الاصابة بالسموم تهدد كثيراً من الأطفال والمـواد التـي تسـبب التسمم لدى الأطفال هي الأدوية الطبية – مواد الاستخدام المـنزلي – أعشـاب نباتية.

- **إشعال النــار**

يغرم كثير من الأطفال بإشعال النار، وقد يكون هذا النـوع مـن حـب الاستطلاع الغريزي وتزداد نسبة وقوع الحرائق المنزلية عندما يكون الأطفـال وحدهم بدون اشراف من المنزل ولهذا ننصح بعـدم ترك الأطفال تحـت سـن ست سنوات بدون ملاحظة داخل المنزل.

- **ملابس تساعد على الحريق**

هناك أنواع معينة من الملابس التي يرتديها الطفل تساعد علـى انتشـار الحريق وينصح بعدم ارتداء الملابس الواسعة.

- **خطر الكاز**

هنـاك حروق تحدث بسبب وجود سوائل قابلة للاشتعال مثل: البنزين،

الكيروسين داخل المنزل، واستخدامها بلا عناية في التنظيف أو إشعال الفحم كما ان بعض اصحاب السيارات يحتفظون بـ "جالون" احتياطي من البنزين حيث يمكن ان يتسبب في حوادث وحرائق خطيرة.

- الماء الساخن

وقد تنتج الحروق من السوائل الساخنة فقد تنتج من الماء الساخن وسقوطه على الطفل أو من الشاي والقهوة، أو سقوط سوائل أخرى كالزيت المغلي. وفي هذا المجال، يجب ضبط سخانات الحمام، كما يجب استخدام انواع خاصة من أوعية التسخين للشاي والقهوة، لها غطاء محكم "وعموماً يفضل أبعاد الطفل عن المطبخ أثناء عملية الطبخ أو تسخين السوائل.

- فيشة الكهرباء

بالنسبة للحروق الكهربائية فهي كثير ما تؤثر على الأطفال تحت سن ست سنوات عندما يعبثون بفيشة الكهرباء ولذلك يجب التأكد دائماً من سلامة الأسلاك الكهربائية ويفضل وضع الفيشات الكهربائية في أماكن مرتفعة بالنسبة للأطفال أو استخدام أنواع من الأكياس البلاستيكية لسد فتحات الفيشات الكهربائية عندما تكون غير مستخدمة.

- البوتاس

ويتسبب البوتاس في نسبة كبيرة من حوادث الحروق الكيميائية، للأطفال وينتج عنها اصابات خطيرة بالفم والجهاز الهضمي ولذلك يجب وضع هذه المواد بعيداً عن متناول الأطفال. وفي بعض المناسبات يستخدم الأطفال بعض الألعاب النارية للتعبير عن فرحتهم بالأعياد مثل الصواريخ الصغيرة وهذه تسبب بعض الحروق في اليدين والعيون.

- **نصائح للإنقاذ من الحروق**

في جميع حالات الحروق، فيما عدا الحروق السطحية البسيطة، يجب ادخال الطفل المستشفى وخاصة اذا كانت الجروح قرب العين أو الوجه أو الأعضاء التناسلية وهناك نصائح عامة يوجهها للأهل عند حدوث حروق الجسم الطفل.

- ينبطح الطفل أرضاً فور حدوث الحريق ويتدحرج عدة مرات لإطفاء النار.

- استخدام الماء البارد فوراً على مكان الحرق لخفض درجة حرارة الجزء المحروق من الجسم فلا يزداد الحرق عمقاً ومساحة.

- أزحف تحت الدخان فغادر مكان الحريق فان استنشاق الدخان يتسبب في الموت أكثر من الحروق نفسها.

- وبعد العلاج الأولي للحروق فقد يستدعي الأمر استمرار معانية الطفل لفترة.

- **التسمم**

وتأتي المواد الطبية كالأسبرين والمهدئات والمنومات في مقدمة السموم التي تسبب الموت، ولذلك فالمفروض الا تصل هذه المواد الى الأطفال.

وعند الاشتباه في حالة التسمم يجب نقل الطفل فوراً الى أقرب مستشفى وفي المستشفى على الأهل احضار ما بقي من أقراص أو وسائل لمعرفة كمية ما تعاطي الطفل من تلك المواد. ويبدأ الطبيب في معرفة ماذا تناول الطفل والكمية التي تناولها، ومتى، ثم يجب فحص الفم والحلق للتعرف على بقايا

المواد المستخدمة. وتختلف مظاهر التسمم تبعاً للمادة السامة التي تناولها الطفل، فقد يكون الطفل مهتاجاً، ويهلوس في الكلام غير المفهوم، وقد يكون مشوش أو في غيبوبة تامة، وقد تحدث تشنجات، وعند فحص حدقة العين فقد نجدها ضيقة او متسعة ولا تستجيب للضوء، وقد يكون الفم واللسان جافين، وقد يكون النبض سريعاً وضعيفاً، أو يكون بطيئاً وقوياً. فإذا كان الطفل غير فاقد لوعيه، وتأكد الطبيب أنه لم يتناول مواد كالكيروسين او البنزين" فعليه أن يعطي المريض المواد اللازمة لكي يتقيأ الطفل.

وفي كثير من الحالات يستدعي الأمر علم غسيل المعدة، عندئذ يجب لف الطفل في ملاية لتغطية الطرفين العلويين والتحكم في الطفل ثم تستخدم أنبوبة مناسبة لعمل غسيل المعدة ويجب عدم عمل هذا الغسيل في حالات التسمم بالمواد الكاوية أو البترولية حتى لا يتسبب في ثب المريء أو حدوث التهاب رئوي.

وفي جميع الحالات يجب إدخال الطفل للمستشفى لملاحظته.

((الطفل عندما يقع))

الطفل المشاغب قد يؤدي شغبه احياناً الى عواقب وخيمة كما هي الحال مع حدوث كسر عظمي من جراء وقوعه من علٍ فكيف نتصرف؟

زلت قدم الطفل او وقع من علٍ، فصار يبكي بكاء مراً، فهل ذلك دال على حدوث كسر ما؟ وهل ينبغي للوالدين في مثل هذه الحالة حمل الطفل الى المستشفى؟ ينبغي أولاً معرفة ما اذا كان هناك كسر عظمي. قد يكون هناك كسر عظمي. قد يكون هناك كسر فعلاً أثناء القيام بواحد من هذين الإجراءين او اثناءهما معاً، اذا رافقهما الألم.

أولاً: اضغطي برفق على طول العضو المصاب، اذا تبين ان نقطة معينة بذاتها هي مصدر الألم فمن المحتمل ان تكون نقطة كسر.

ثانياً: اطلبي من الطفل تحريك العضو المصاب، اذا احس بألم من جراء ذلك فربما كان هناك كسر.

من الواضح وجود كسر اذا كان هناك عظم قد شق الجلد ويبرز من خلاله طبعاً لا بد من أخذ صورة اشعاعية من أجل القيام بتشخيص دقيق ولكن اذا كان الوالدين يجهلان حقيقة ما جرى للطفل إثر سقطة او حادثة ما فالاولى حملة فوراً على غرفة الطوارئ بالمستشفى.

((خطر كبير – لا تشد المولود من ذراعه))

عندما يجوع يحرك ذراعيه، عندما يفرح، عندما يبكـــي، عندمـــا يبلـــل ملابسه، يحرك المولود ذراعيه. ولكـــن قد تلاحظ الأم أن المولـــود لا يحـــرك احدى ذراعيه بنفس الطريقة التي يحرك بها الأخرى. وهـــذه الملاحظـــة لـــها اهميتها. فهذه الظاهرة تحدث بعد ولادة عسرة او اذا اشرفت على الولادة بـــأيد قليلة الخبرة، اذ يتم في هذه الحالة جذب الرأس أو الذراع بصـــورة خاطئـــة او تفرد ذراعاً المولود اثناء عملية الولادة اذا جاء المولود بقدميه. وقد تحدث هـــذه الظاهرة نتيجة لأذى يقع بعد الولادة، كأن يتم جذب المولود أو رفعه من احـــدى ذراعيه ..

أو هذا الأب الذي لا يحلو له تدليل طفله الا "بمرجحته" من ذراعيـــه .. وكل هذا خطأ و"خطر" لأنه في الفترة التالية للولادة تكون عضـــلات المولـــود وأربطة مفاصله ما زالت بعيدة عن اكتساب القـــدرة علـــى حمايـــة الضفـــيرة العصبية للذراع وبذلك ينتقل الشد أو الجذب الى هذه الضفـــيرة .. فتتعـــرض للأذى .. وتتفاوت شدة هذا الأذى من مجرد شد العصـــب .. الـــى تمزقـــه جزئياً، وقد يتمزق وحسب شدة الاصابة ومكانها تحدث المضاعفـــات ويـــترتب على هذا الأساس احتمال الشفاء.

كيف تكتشف الإصابة ؟

ويتم اكتشاف هذه الحالة، بملاحظة عدم قدرة الطفل على تحريك الطـــرف المصاب وكذلك بملاحظة الوضع الثابت الذي يتخذه، وغالباً مـــا يكـــون فـــي صورة ذراع موضوعة بجوار الجسم، وأصابع اليد مطبقة، والكف متجهة نحـــو

الفراش وكلما بدأ العلاج مبكراً زاد احتمال انقاذ الطفل من كثير من الآثار المترتبة على الاصابة، خاصة اذا كانت الاصابة مجرد جذبه للأعصاب وهنا يكون الشفاء نهائياً.

فإذا أتيحت فرصة التشخيص المبكر ثم العلاج بإشراف الطبيب.

ويتخلص العلاج في إراحة الطرف المصابة في وضع خاص، وذلك لإراحة العضلات المصابة، وكذلك الضفيرة العصبية، ويستمر هذا الوضع عادة حوالي أسبوعين، ثم يبدأ العمل العلاج الطبيعي، للوصول الى أقصى درجات التحسن.

- ولكن هناك ايضاً الحالات التي تكتشف بعد فترة، أو التي يتم علاجها ولكن التحسن فيها يقف عند حد معين، أن مثل هذه الحالات تحتاج عادة الى العلاج الطبيعي الذي يمكن ان يقوم به الوالدان بعد فترة، والهدف هو منع التشوهات أو التيبس، حتى يحين الوقت المناسب لعمل عملية جراحية يكون الهدف منها، تثبيت المفصل، أو تحسين وضع الأوتار والعضلات لاستئناف وظيفة الذراع. بقي أن نطلب من الوالدين عدم القلق في مراحل الانتظار، فالطبيب المعالج قادر على تحديد كل مراحل العلاج، كما يجب طرد الاحساس باليأس الذي ينعكس على الطفل في صورة شعور بالعجز. وهذا في حد ذاته قد يقلل الاستفادة الكاملة من العلاج، فضلاً عن الآثار النفسية السيئة التي قد يعانيها الطفل.

- وأخيراً، يمكن ان أقول ان نفس هذه الاصابة قد تحدث للكبار نتيجة سقوط على جانب الرأس أو الرقبة، أو الكف أو نتيجة لتعليق الجسم كله في الهواء في الذراع، ولا يختلف العلاج كثيراً في هذه الحالة الا أنه يسير بصورة أسرع.

((دمى الأطفال .. سلوى .. وبلوى))

مع انها تنمي مهاراته وتشق امامه طريق المستقبل ....

الدمى القديمة قدم التاريخ، وسواء كانت مصنوعة بطريقة معقدة متقنة أو بسيطة، فإنها تبقى بالنسبة للطفل رفيقته وسلوته وحافظة أسراره. لكن الدمى قد تتحول الى مصدر للقلق، ولا سيما اذا كانت مصنوعة بأشياء مضرة كأن تكون مطلية بالزنك أو القصدير أو أن تكون حاوية لنتف أسمال تسبب الحساسية. هذا التحقيق الجامع يلقي نظرة شاملة على الموضوع فينبّه الى الأخطار ويحدّد الدمى التي يكون الطفل بحاجة اليها في الفترة التي تسبق فتوته؟ نحن مقبلون على فترة أعياد، وللطفولة في الأعياد حصة الأسد فكم من طفل يقف عشية العيد أمام الواجهات يطمع بلعبة، أو يشتهي معانقة دمية، أو امتشاق رشاش أو خنجر، وكم من أهل يهدون أطفالهم آخر مبتكرات مصانع الألعاب وأكثرها اثارة لمشاعر الأطفال. ولكن قليلين من الأطفال، وحتى من الأهل يعرفون ان الدمى والألعاب يمكن أن تنقلب من نعمة الى نقمة، أو من سلوى الى بلوى، أو يمكن ان تكون كالسم في الدسم. فبصرف النظر عن الألعاب المفخخة التي كانت "تهديها" اسرائيل للبنانيين والفلسطينيين أثناء قصفها للمناطق اللبنانية والمخيمات الفلسطينية، هناك الألعاب التي لا تتوافر فيها الشروط الصحية الوقائية المنصوص عليها القوانين العالمية،والمعدّة عادة للتصدير وخصوصاً الى دول العالم الثالث، بما في ذلك بالطبع، العالم العربي، ومثل هذه الألعاب يجمع الأطباء والباحثون على أنها تسبب أمراضاً على جانب كبير من الخطورة للأطفال.

ويقسم الخبراء الألعاب قسمين، ولكل قسم الأمراض التي يسببها:

- الألعاب المطلية بطلاء ملوّن أضيفت اليه كميات من المعادن المذابة كالزئبق والقصدير، والزنك، والرصاص، وغيرها. وهذه الألعاب قد تكون خشبية أو بلاستيكية أو معدنية، أدخلت عليها التوصيلات الكهربائية أحياناً أو صفائح المعدن الحاد.

- الألعاب الطرية، أي الألعاب المصنوعة من الوبر أو الفرو الصناعي، والتي تملأ فراغاتها بنتف الصوف أو القطن.

ويعترف العديد من الأطباء بأن كميات المعادن المذابة المستعملة في طلاء الألعاب تسبب سرطان الدم والخلايا، اذا ما زادت عن النسب التي تقررها القوانين المرعية في الدول الصناعية المتقدمة. وفي أحيان كثيرة يتم التلاعب بنسب المعادن المسموح بها، لأسباب اقتصادية. وفي أواخر الخمسينات لاحظت غير دولة أوروبية ازدياد نسبة الاصابة باللوكيميا في اوساط الأطفال، كما سجلت دائرة الصحة البريطانية على سبيل المثال ٥٠ حالة اصابة بسرطان الخلايا الدموية في تلك الفترة. كما ظهرت اعراض مرض غريب عرف حينذاك بقصور الكليتين، ولم يتمكن الأطباء الإنكليز من تحديد الأسباب المؤدية الى هذه الاصابات. وبعد سلسلة طويلة من الأبحاث والدراسات والتجارب تمكن الاختصاصيون البريطانيون من توجيه اصابع الاتهام الى الألعاب المطورة بإضافة المعادن المذابة الى الطلاء الخارجي ذي الرائحة الخاصة المشابهة لرائحة طلاء الأظافر. وفي عواصم عربية عدة سجلت دوائر الصحة حالات مقلقة من اللوكيميا، وقصور الكليتين لدى الأطفال، وقد لوحظت هذه الحالات لدى الأطفال المرفّهين الذين يحصلون على الألعاب

بسهولة أكثر مما لوحظت لدى الأطفال الفقراء الذين يؤمنون بأن تـرك الطفـل يلعب على هواه، وحتى بالتراب يكون أكثر مناعة مـن الطفل المرفـه الـذي يعيش في اعتلال دائم. وفيما خص الألعاب الطرية يؤكد الأطبـاء بـأن تثـار الأسمال والأنسجة القديمة الصناعية المستعملة أحياناً في ملء فراغات الدميـة يسبب الربو والحساسية للأطفال مما يترجم نوبات سعال حاد قد تفضـي الـى الاختناق.وعلى الرغم من وجود مؤسسات للمقاييس والمـواصفات فـي كـل الدول المتقدمة، فإن بعض المصانع تتهاون حيال مـا ينـص عليـه القـانون، خصوصاً اذا كان الانتاج معداً للتصدير، ولا سيما الى دول ليس فيها أي شـيء من المقاييس والمواصفات، أو أنها لا تعير هذا الجانب أي أهمية، فلـو أخذنـا القانون البريطاني الصادر في العام ١٩٧٤ لوجدنا انه ينص بالنسـبة للألعـاب المستوردة – على قشط الطلاء الخارجي للألعـاب وفحص كميـة المعـادن المذابة المضافة اليه، كما ينص على التأكد مـن أن قـوة التيـار الكـهربائي، المستعمل أحياناً في الألعاب الفضائية، دون العشرين فولت، كـي لا يصعـق التيار الطفل وينص كذلك على عدم وجو نتوءات معدنيـة بارزة في اللعبـة كي لا يتعرض الطفل لمخاطر الجروح والخدوش والتلـوث بمكونـات اللعبـة المعدنية.

هذا بالنسبة للألعاب المطلية، أما بالنسبة للألعاب الطرية فينص القـانون على تدني القدرة الاشتعالية لوبر اللعبة وفرائها في حال حـدوث حريـق فـي المنزل، ما ينص على أن تكون الآليات الداخلية التي تملأ فراغات اللعبـة مـن القطن الصافي، وغير المستعملة سابقاً للحيلولة دون التسبب بالربو والحساسـية والسعال الحاد، كما أسلفنا.

ويقدر ما هناك من تهاون بالمقاييس والمــوصفات التي تحفــظ الجســد، بقدر ما هناك أيضاً من تهاون بالمقاييس والمواصفات التـــي تحفــظ النفــس، فاستعمال المسدس الكاتم للصوت مثلاً يزيد من عدوانية الطفل. وتفشي ألعـــاب الحرب والقتال يدفع الطفل نحو الشر والتفكير في القتل، ولا يشك في أن هــذا السلوك هو واحد من عوامل تفشي الجريمة في الغرب، وتصديرها الى العـــالم الثالث مع تصدير الألعاب الحربية.

واذا كانت بريطانيا والولايات المتحدة قد أهملتا العامل النفسي في انتـــاج الألعاب وتهاونتا في احترام المقاييس والمواصفات الجسدية، فإن فرنسا، علـــى العكس من ذلك راعت الناحية الوقائية مراعـــاة متشـددة، بوجهيــها النفســي والجسدي، مع العلم بأن بريطانيا كانت السباقة الى اعتماد القوانيـــن الخاصـــة بإنتاج الألعاب. ففي العام ١٩٧٤ تقدمت الحكومة الى مجلــس العمـــوم بطلـــب تعديل قانون حماية المستهلك المعمول به منذ العام ١٩٦١، وقد جـــاءت هــذه التعديلات تحت عنوان:"الشروط الوقائية لتصنيـــع الألعاب"، ولم يطـــل الأمـــر حتى وافق مجلس العموم على هذه الشروط وبوشر بتطبيقها في شهر تشـــرين الأول (أكتوبر) عام ١٩٧٤.

ومـــن الطبيعي ان يقع أطفـــال العـــالم العربـــي، حيـــث لا مقـــاييس لا مواصفات، ولا شروط ولا قوانين، ضحايا التهاون الغربي، "وصادرات الموت". ويذكر أن الاختصاصي في طب الأطفال في الجامعة الأميركية فـــي بـــيروت الدكتور ناخمن قد عبر أمام مجموعة من طلابه، في اواسط الخمســينات، عـــن قلقه ازاء تزايد اصابات اللوكيميا في أوساط زبائنه الصغار، وجلهم مـــن أولاد الأسر الموســرة الذين تنهال عليهم الألعاب بالعشرات. وقـــد دلّـــت ســـجلات

مستشفى الجامعة الأميركية على رصد ٥٠ اصابة لوكيميا على امتـداد خمسـة أعوام، في حين فشل الفريق الطبي برئاسة ناخمن في تنشيط الوظيفة الافرازيـة لكل ٣٥ طفلاً على امتـداد الفترة نفسها، كما لاحظ الاختصـاصيون حـالات ارتباك في الجهاز الهضمي لدى عدد كبير من الأطفال كانت تزدهر، وتتكـاثر في مواسم الأعياد.

وفي اعتقاد المدير التنفيذي للغرفـة التجاريـة الصناعيـة العربيـة – البريطانية السيد عبد الكريم المدرس "أن الأسلوب المباشر في استيراد الألعـاب يمثل الثغرة الكبرى الخطيرة التي تتسرب منها الأمراض الخطيرة الى أطفـال العالم العربي، أضف الى ذلك عدم وجود أية جهة رسمية مسؤولة عن مراقبـة الألعاب وفحصها قبل توزيعها على المستهلكين."

• **الدمى ونمو الطفل**

لكن هذا لا يعني ابعاد الدمية عن الطفل. فهذا الأخير بحاجة الى دميـة أن دمى يتسلى بها ويمارس عليها سلطته و"أبوته" أيضاً، وتكون متنفساً له يكشـف لها همومه وأحزانه وأفراحه ويثق بها، ولكن شرط أن تكون هذه الدمى تراعـي الشروط الصحية المطلوبة، أي لا تكون بالنسبة اليه بلوى تمرضـه أو تدخلـه مستشفى أو حتى تقتله.

والحقيقة ان الطفل يستعين بالدمية لكي يمارس لعبة الحياة مـن خلالـها، فالطفل الذي يريد أن يكون اباً أو الطفلة التي تريد أن تكون أماً، لا بد لها مـن دمية تحن عليها وتبثها عواطفها وان تضفي عليها كـل أدوار الحياة المتوقعـة، بما فيها الضحك والبكاء والنشاط والكسل، بل وحتى المـرض والموت. وفـي هذا الصدد، تتذكر كاتبة مشهـورة انها قد دفنت دميتها تحـت الأرض عندمـا

كانت في الرابعة من عمرهـا، وعندما سألتها أمها عن سبب دفنها، أجابت انـها قد ماتت. ومع أن امها قد أخرجت الدمية مـن الحفرة، الا انها عادت فدفنتـها مرة أخرى. وبالنسبة للطفل الصغير، فإنه عندما يلبس دميته، أو يخلـع عنـها ثيابها، فإنه يمارس عليها السلطة الأبوية التي يمارسها أبواه عليه. ولكن الشـكل الذي تتخذه هذه السلطة يختلف من عمر لآخر، فإننا نجد مثـلاً ان الطفلـة ذات السنوات الثلاث تميل الى ممارسة عملية ارتداء المـلابس وخلعـها بالنسـبة لدميتها عدداً من المرات، وكذلك في وضعها في السريـر لتنام، وفي انهاضـها من السرير، أما الطفلة ذات السنوات الخمس، فإنها تميـل الى اتخـاذ مظـاهر أكبر من النشاط، فمثلاً يجب على الدمية ان تلبس كل شيء تماماً. بما في ذلـك البيجامة والقميص والبنطال، الى آخر ما هنالك ، سواء كـانت هـذه الألبسـة جاهزة أو اضطرت الطفلة أن تصنعها بنفسها، ومع تقدم الطفلة (والدمية) فـي السن لأن خزانة الطفلة تصبح مليئة بتشكيلـة كبيرة من الملابـس المختلفـة. وتتعدد الألعاب وتتنوع ما بين ذهاب الى النزهات واستكشاف للمواقف الجديـدة وممارسة لمواقف الشجاعة مثل زيارة للحدائق العامة وغناء للنشيد الوطنـي أو الذهاب الى الحلاق أو الخياطة أو الاشتراك في مغامرات السياحة والسفر ومـا اليها. وفيما يختص بمـلابس الدمية يختلف الذكور عن الاناث. فبينمـا تميـل الفتاة الى خياط ثياب الدمية بنفسها يرغب الطفل بشراء هذه الملابـس.وتمـيز العصر الحديث بتوافر الدمى البلاستيكية الرخيصة المنتجة على نطاق تجـاري، والتي أتاحت الفرصة لمعظم الأطفال للاحساس بهذه المتعـة، فحتـى الفقـير يستطيع الحصول على دميته اللازمة له لكي يتعايش معها ولقد تغيرت النظـرة الى الدمية بشكل جذري، خاصة وأن ثمة فرقاً كبيراً بين أن يقـول الطفـل ان

عرنوس الذرة هذا سوف يصبح دميتي وبين ان يملك دمية تمثل طفلاً ذا مظهر قريب من المظهر الحقيقي تماماً.

وكانت نقطة التحول هذه سحرية، حيث غدت الدمى اشد اثارة للأطفال، وخاصة بعدما بدأ عهد الدمى المتحركة، فقد أصبح الطفل قادراً بكبسة زر على أن يحرك الدمية كما يشاء. وأخيراً جاءت ألعاب الفيديو بما فيها من حيوية فائقة الحدود التي أثارت خيال الأطفال الى أقصى الحدود الممكنة. ومع ذلك فإن الألعاب التخيلية التي يمارسها الطفل مع الأصدقاء الحقيقيين تحمل نوعاً آخر من الإثارة بسبب ما تقتضيه من الوقت والصبر والانتباه وتكيف الطفل مع الآخرين والحاجة الى التلاؤم مع المواقف المتنوعة بخلاف مواقف الفيديو المبرمجة مسبقاً والمعروفة الى حد الملل. ومن جهة أخرى، فإن الألعاب المصنعة على نطاق تجاري والمتشابه قد حرمت الأطفال من الشعور بالتفرد فقد شعرت تعمل في ميتم أن طفلها قد أفسد بكثرة اللعب التي يجلبها له أبوه كلما عاد من سفره واكتشفت الطفلة يوماً ان العابها كلها قد ذهبت الى ايدي اطفال آخرين وشعرت أنها قد حرمت من صديقاتها ومع أن أباها قد اشترى لها العاباً جديدة الا انها قد شعرت بنوع من الغربة مع هذه الدمى الجديدة التي لم تلعب معها سابقاً ولا حصلت معها تجارب في الماضي، ولا حتى تعرفت على شخصيتها او على نقاط القوى والضعف فيها.

وتمثل الدمية ملاذاً أميناً للطفل يبث اليها همومه ويشاركها افراحه ويعترف لها بأخطائه وخيبات الأمل التي أصيب بها في علاقاته مع أبويه أو أقاربه أو رفاقه، حتى ان كثيراً من أطباء العلاج النفسي يستطيعون ان يتوصلوا الى فهم نفسية الطفل عن طريق الدمى، ويستطيعون أن يحلوا كثيراً

من الاشكالات الخطيرة لدى هؤلاء الأطفال عن طريق اتاحة الفرصة أمامهم للتعبير عن عواطفهم وانفعالاتهم واخراج مكنونات صدورهم في خلوة مع هذه الدمى. وفي كثير من الأحيان، فإن الدمية تساعد الطفل الذي يعاني من المشاكل العائلية، مثل طلاق أبويه أو وفاة احدهما أو معاناته من ظلم زوج أمه أو زوجة أبيه.ويتبع رجال الشرطة نفس الأسلوب تقريباً مع الأطفال لمساعدتهم على التصريح عن الجرائم التي شاهدوها سواء اكانت هذه الجرائم قد وقعت عليهم أو على غيرهم فالطفل الذي لا يجرؤ ان يخبر احداً عما حصل معه مثلاً، يستطيع ان يفضي بمكنون صدره الى دميته وان يثق بها.

وربما كان أكبر دليل على أهمية الدور الذي تلعبه الدمية في حياة الطفل وفي نموه ان من الصعب على كل منا ان يتذكر متى وكيف أقلع عن اللعب بالدمي. فعليه الاستغناء عن الدمية تتم في ظروف خاصة لا يمكن تجديدها ولا التنبؤ بحدوثها. ومن الصعب ان لم نقل من المستحيل ان يميز الطفل انتقالة من مرحلة الطفولة الى مرحلة الشباب في أثناء عملية الانتقال نفسها فإن هذا الإدراك لا يتحقق الا بعد أن ينقضي وقت طويل على تجاوز مرحلة الطفولة الى مرحلة الشباب. وتقول السيدة وداد في هذا المجال انها زارت هي وزوجها بيت والديها، وصعدت الى السقيفة التي كانت فيها عندما كانت طفلة، وفي صباح اليوم الأول من زيارتها لأبويها، كان أول شيء فعلته حين نهضت من الفراش، وعمدت الى تغطية الدمى التي كانت قد وضعت منذ زمن بعيد على رف عال.

وفي احدى روايات السيرة الذاتية تصف المؤلفة العابها وخزانة ثيابها ذات التشكيلة المتنوعة الكبيرة ومجوهراتها التقليدية وما اليها. وتقول هذه

الكاتبة انها عندما دخلت أمها عليها وجدتها تحزم الدمى بحرص كامل، بحيث تضع مع كل منها ملابسها وأشياءها الخاصة، بالإضافة الى بطاقة صغيرة تصف وضعها مثل (هذه ذكية) او (هذه ذات روح مرحة أو (هذه مغامرة) أو (هذه مغرورة)، وعندما سألتها أمها عن سبب وضع هذه البطاقات أجابت "لكي أساعد أطفالي".

لكل مرحلة دمية تنمي فكره وتفيده وهو يشق طريق المستقبل!

والحقيقة ان الألعاب لا تنمي عند الطفل مهارات تتعلق بالتركيز الفكري فقط، بل انها تعكس وتوضح معالم كل مرحلة من مراحل نموه. وفي الواقع ان عادات اللعب التي يكتسبها الطفل هي ذات علاقة كبيرة بأنماط العمل التي سيمارسها في المستقبل. وهكذا فإن التركيز المكثف الذي يكاد يقترب من حد الكمال، والذي يعالج به الطفل المسائل المتعلقة ببناء (بيته) والخيال الواسع الذي تمارسه الطفلة في تصور عائلتها ومحاولاتها تمثيل المواقف الحقيقية في الحياة العائلية، كل هذا يشير الى الامكانات المخبأة التي يتكشف عنها المستقبل فيما بعد ذلك لأن الأطفال يتعلمون المهارات اللازمة لهم في حياتهم من خلال اللعب، بما في ذلك المهارات المتعلقة بالتركيز الفكري ودقة الملاحظة والانتباه الى التفاصيل وحل المعضلات الطارئة، بالإضافة الى المهارات الاجتماعية ومهارات القيادة التي يتعلمونها من بعضهم بعضاً، والتي تلزمهم كثيراً في حياتهم العملية.

- من الشهر الخامس وحتى الثامن عشر: ابتداء من بداية الشهر الخامس، ينهمك الطفل في فترات اللعب لتعلم ما يلزمه عن بنيته الفيزيولوجية وتركيبه الجسماني، فتراه يستلقي في فراشه محاولاً ان يوصل قدميه الى فمه

ليتعرف عليها. وقد يرفع يده أماه ليراقب أصابعة وهي تتحرك في الهواء. وعندما يلعب بشيء معلق الى سريره فإن يتعلم كيفية تشغيل يديه للاستكشاف والتحسيس والتلمس، ومع حلول الثامن من عمره، فإنه يصبح قادراً على استعمال اثنين من أصابعه ليمسك شيئاً، وقد يجلس لمدة ساعة، وهو يلتقط ما حوله من اشياء. ومع ممارسته لهذه الأمور، فإنه يتعلم المهارات اليدوية والميكانيكية التي لا يستغني عنها في مستقبل حياته.

- من الشهر السادس وحتى الثامن عشر: منذ بداية الشهر السادس، يبدأ الطفل في تمييز وتعلم الخاصية المتعلقة. بثبات الأشياء واستقرارها وغيابها وعودة ظهورها مرة أخرى. وعلى سبيل المثال، فإذا كان الطفل معتاداً على رؤية (الخشخيشة) مربوطة الى سريره. ثم وقعت فجأة وغابت عن بصرة، فإنه سيحدّق الى المكان الذي كانت فيه، كما لون أنه يدرك أن (الخشخيشة) كانت هناك، وأن من الضروري أن تبقى في حدود امكانية الرؤية. ولكنه في الشهر السابع أو الثامن من عمره، فإنه سينظر الى الأسفل ليبحث عنها. أما في الشهر التاسع، فإنه سوف يرفع طرف الستارة ليرى اذا كانت مخبأة عنه. وأخيراً وفي نهاية السنة الأولى من عمره يخفي الخشخيشة عن نفسه، ثم يبحث عنها، ويجدها مرة أخرى، وهو في كل هذا يتعلم الخاصية المتعلقة بدوام الأشياء، وهذا بدوره يؤدي به الى ادراك مفهوم ثبات الأشخاص أنفسهم، وهكذا فإن الطفل الذي أكمل السنة الأولى من عمره يصبح قادراً على التجول والابتعاد عن أبويه، مع علمه في نفس الوقت انه سوف يجدهما عند عودته اليهما مرة أخرى.

وفي هذه المرحلة أيضاً يتعلم الأطفال التقليد، وبإمكان الأم ان تخفي

وجهها خلف يديها أمام طفلها ذي الأشهر التسعة، ثم تفتحهما مرة أخرى، بحيث أن الطفل يستثار في كل مرة تفعل فيها أمه ذلك. وعندما يبدأ في محاولاته الرامية الى وضع يديه على وجهه، فإن يكون قد أدرك فكرة التقليد، وأدرك (اللعبة) واتخذت صورة واضحة مميزة في ذهنه. والطفل هذه المرحلة يحب المرايا أيضاً. ويرغب ان ينظر الى صورته لفترات طويلة من الوقت، وهو يضحك أو يعبس أو يقطب جبينه، الى آخر تلك الحركات التمثيلية التي يحاول أن يقلد بها الآخرين.

- من الشهر التاسع حتى الشهر الثالث عشر، وتتجلى هذه الفترة يتعلم العلاقة السببية بين الأسباب والمسببات، فيكتشف انه اذا ضغط على الدمية، فإن صوتاً يشبه الصفير يصدر عنها، راقب طفلاً في السنة الأولى من عمره وهو يحاول أن يسير السيارة اللعبة ذات النابض، وسترى أنه يحاول أن يدفعها او يتكئ عليها ليجعلها تسير وعندما يفشل في ذلك، فإنه سوف يلتقط السيارة ليفحص العجلات وعندما تريه أمه كيف يملأ نابض السيارة، فإن عينية سوف تتسعان اثارة، حالما يدرك أهمية المفتاح الصغير الذي يكشف لغز اللعبة، وبعد محاولة قصيرة غير ناجحة فإنه سوف يعطي اللعبة لأمه وهو يشير الى المفتاح بإلحاح، وكأنه يقول: (املئيها لي)، وهذا يدل على انه قد أدرك العلاقة السببية بين ملء النابض بالمفتاح وحركة السيارة، ولو أنه في نفس الوقت يدرك أيضاً، الى جانب ذلك عجزه عن ملئها بنفسه، وعندما تتوقف السيارة، فقد يحاول مرة أخرى ان يملأها بنفسه، وعندما تبدأ العجلات بالدوران، فإن صيحة الفرحة التي يطلقها الطفل تؤكد شعوره بالنجاح، وهكذا فإنه من خلال تجربة واحدة قد تعلم مبدأ العلاقة السببية بين الأسباب والمسببات، كما أنه تعلم السيطرة على جهاز معقد.

- من السنة الأولى الى الثالثة: وهي مرحلة تتميز بتعلم المهارات المتعلقة بالمشي وجلوس القرفصاء والتسلق وركوب الدراجة ذات العجلات الثلاثة، وهي أمور تعتبر من المهارات الميكانيكية الرئيسية، وتشغل حيزاً كبيراً من اهتمامات الطفل خلال النهار كله، بالإضافة الى ذلك فإن الطفل يتعلم خلال السنة الثانية من عمره اهم الخبرات التي يكتسبها من خلال لعبة مع الأطفال الآخرين الذين يماثلونه سناً، وفيها يتعلم تقليد الآخرين في حركاتهم وايماءاتهم وغير ذلك مما يكسبه مهارات جديدة وطرقاً حديثة للقيام بما يرغبه من الألعاب المختلفة، ويتعلم الطفل في هذه المرحلة ايضاً القدرة على تمييز نفسه عن أبويه وأشقائه من جهة، ويكتسب القدرة على تمييز ومعرفة صفات التماثل بينه وبينهم من جهة أخرى، وكذلك فإن يكتسب شيئاً من عاداتهم، فتراه في بعض الأحيان وهو (يهمهم) كما يفعل أخوه الكبير أو (قد يذهب الى العمل كما يفعل أبوه) أو (قد يذهب الى السوق للتبضع) وما الى ذلك من أعمال يقلد فيها الآخرين ، وتتميز هذه المرحلة ايضاً برغبة الطفل في ارتداء الملابس التي تتشبه فيها بالكبار وبرغبته في اللعب بالدمى.

- من السنة الثالثة الى السادسة: يتحول انتباه الطفل هنا الى التعرف على مشاعره، بما في ذلك الخوف وصب العدوان والتخيل وما الى ذلك، وعلى سبيل المثال، ففي سن السادسة يبدو أن المحاولات الرامية الى تعليمه التبرز قد تكون مصدراً كبيراً للقلق لديه، وقد يعبر عن خوفه من خلال اللعب مع طفل آخر، حيث أن كلاً منهما يأخذ دوره بوضع دميته على مقعد المرحاض، ويطلب من أن يتبرز، وينهاه عن أن يبلل ملابسه، ويزجره عن ذلك بقسوة، ورغم أن لهجته في ذلك تكون لهجة اللعب، الا انها عادة ما تخفي وراءه شعوراً بالضغط، ويفيد الطفل في تهيئة جواً من يتعلم من خلاله ما

يتوقع ابواه وزملاؤه منه.

- على أن أكبر مصدر للاثارة لدى الطفل ينبع من عنصر الخيال وعندما يكون لدى الطفل صديق يتمتع بخيال واسع، فإن هذا يفتح أمامه عالماً جديداً جديراً بالاستكشاف، ومن خلال عيني (الصديق)، فإن الطفل يستطيع ان يحاول ويجرب جميع أنواع الأفكار التي تلزمه، فهو يستطيع ان يكون كبيراً بحجم المارد مثلاً أو صغيراً بحجم النملة حسبما توحي اليه رغباته، وكذلك فإنه يستطيع ان يخترع الوحوش والتنانين والفيلة، وكلها تعمل تحت أمره ورهن اشارته.

- واذا كانت لديك القدرة على أن تشاركي طفلك في ألعابه، فإنك تستطيعين بالتأكيد ان تهنئي نفسك على حظك الرائع، فإن الأطفال عادة ما يقاومون تدخل الكبير في ألعابهم، وهي مقاومة مبنية على التجربة. ذلك أن البالغ عندما يشارك الطفل ألعابه، فإنها تنقلب الى دروس تعليمية، ونادراً ما يستطيع أي من الأبوين أن يقاوم رغبته في أن يجعل اللعب ذا (مغزى)، وعادة ما يقولان للطفل: (من الأفضل ان تفعل هذا الشيء بهذه الطريقة) أو (ان ذلك كان ممتازاً يا حبيبي، والآن أفعلها بهذه الطريقة، وذلك حتى تستفيد أكثر). ومع أن من المغري أن تقودي طفلك في ألعابه، ولكنك بهذا تسلبينه المبادرة والعفوية والثقة بالنفس ولذة الاكتشاف التي يتوصل اليها عن طريق التجربة والخطأ، والتي تميز أسلوب الطفل في اللعب.

وعلى هذا، فبدلاً من تعليم طفلك، حاولي انت أن تتعلمي منه بنفسك وابدأي في ذلك بملاحظة طفلك أثناء اللعب، وفي مرحلة ما انزلي الى مستواه واسأليه: ماذا ستلعب اليوم؟ ثم اتركي له المبادرة واسمحي له أن (يقودك). واذا

كنت راغبة في معرفة مراحل النمو التي يمر بها طفلك، فإن ألعابه ستفتح أمامك عالماً رائعاً مليئاً بالإثارة. وسترين بنفسك ان الطفل عندما يمارس اللعب، فإنه في الواقع يمارس العمل بكل ما في الكلمة من معنى.

- **واللعب أيضاً حاجة حيوية**

وبعد، فإن اللعب بالنسبة للولد ضرورة حيوية تماماً كالطعام والنوم. فإعلان حقوق الطفل الذي أقرته الجمعية العامة للأمم المتحدة في ٢٠ نوفمبر (تشرين الثاني) ١٩٥٩ أعطى اللعب مرتبة الحق الأساسي تماماً كحق الصحة والأمن والتربية، المبدأ السابع لهذا الاعلان يقول في الختام: يجب أن تتوفر للطفل كل الامكانات لكي يلعب ويقوم بالنشاطات المجددة للقوى والتي يجب أن تتجه نحو غايات تربوية محددة وعلى المجتمع والسلطات العامة ان يبذلوا الجهد للعمل على التمتع بهذا الحق.

" لكن اللعب يحتاج الى وقت لممارسته وليس ذلك سهل دائماً في بحر النهار حيث تلي الساعات المخصصة للتلفزيون ساعات المدرسة، في الوسط المديني خاصة، غالباً ما يجد الولد نفسه في مجال ضيق، فالشقق ضيقة والشوارع خطرة ووسائل اللهو التي صممها البالغون مصنوعة من عناصر مهيأة لا تتيح المجال لروح الإبداع ولا تدع أي مجال لانفلات الخيال. وللتعويض عن نقص المجال غالباً ما يجد ولد المدينة نفسه غارقاً في كميات من اللعب التي لا تستجيب بالضرورة الى ضرورات حقيقية وأقل من ذلك الى رغباته السرية. المجال الريفي أرحب وأقدر على أن يوفر المواد – الخشب الورق الحجارة المفيدة بل الضرورية للعب كما يوفر له إمكانية العدو وتسلق الأشجار وبناء كوخ. حين يتحرك الولد بحرية يتعلم كيف يسيطر على العناصر

والعالم الخـــارجي والسيطرة على جسده وتقييم قوته البدنية وقوة شخصيته.

الولد الذي يتربى بعيداً عن الغـــابات والأنهار وشاطئ البحـــر والتـــلال وتحت سماء داكنة حيث يعقب الربيع الشتاء والشتاء الخريف، بدون أن يتمكـــن من اكتشاف نبضات الطبيعة، هو ولد محروم من اللعب والحرية بكـــل معنـــى الكلمة. لذلك فمن الضروري ان يخصص له في جدول العمل الأســـبوعي يـــوم واحد على الأقل في قلب الطبيعة مـــع أولاد آخرين ومع حيوانات. هذه الأخيرة لا تتيح له فقط اكتشاف الحقائق الخارجية وإنمـــا أيضاً تنمي خياله. فإن كـــان معه كلب دور التحري أو جواد لعب راعي البقـــر، أو حيوانات مزرعة لعـــب دور المزارع أو الطبيب البيطري. أنه يقدر كذلك صداقة هذه الحيوانات.

اللعب بالنسبة للولد هو الحياة، دعوهم يلعبـــون طالما أحبوا ذلك وبكـــل القوة التي يستطيعونها. طبعاً مع السهر على تجنبهم الحوادث الممكنـــة وانمـــا بالعين فقط. ولا تنسوا مخاطر الدمى ولا سيما تـــلك التـــي لا تتوافـــر فيـــها الشروط الصحية، حتى لا ينقلب فرح الأطفال الى ترح!

((أجسام غريبة في الأذن والأنف والمعدة ... والبلعوم))

أ- حشرة في الأذن:

ما يجب عمله:

١- أنر مصباحاً كهربائياً قرب الأذن في غرفة معتمة، فالضوء قد يشجع الحشرة على مغادرة قناة الأذن.

٢- حرك رأس الطفل قليلاً بحيث تصير الأذن المصابة متجهة الى أعلى، وصب في قناتها غليسرين أو زيت الزيتون أو زيت القلي، مبقياً الزيت فيها عدة دقائق. فهذا من شأنه أن يسبب اختناق الحشرة.

٣- ثم اغسل الأذن في رفق بالمياه الدافئة، مستعملاً حقنة خاصة للأذن بينما تضع طشتاً تحتها.

٤- اذا لم يبعد ذلك كله الحشرة، استشر الطبيب.

ب- جسم جاف صلب في الأذن:

ما يجب عمله:

١- حرك الرأس بحيث تصير الأذن المصابة متجهة الى أسفل. اسحب الشحمة الخارجية للأذن في اتجاهات مختلفة، فهذا من شأنه أن يجعل الجسم الغريب يسقط من الأذن.

٢- اغمس فرشاة رسم صغيرة الحجم أو الجانب النظيف المنتفخ لعود

كبريت في غراء أبيض أو مادة لاصقة أخرى سريعة الجفاف. وبينما تسحب شحمة الأذن مستقيمة، أدخل الطرف اللاصق بعناية في الأذن الى أن يلمس الجسم الغريب. انتظر قليلاً حتى يجف الغراء ثم اسحب في رفق العود أو الفرشاة حاملاً معه الجسم الغريب خارجاً.

٣- اذا لم ينجح ذلك استشر الطبيب. ولا تدخل اطلاقاً جسماً حاداً في قناة الأذن لأنه قد يتلف طبلتها.

ج- جسم غريب في العين:

اذا كان هنالك احتمال دخول شظية فولاذ أو كل جسم غريب آخر في بؤبؤ العين، استشر الطبيب حالاً لمعالجة هذا النوع من الإصابة.

واذا دخل رماد أو غبار بين العين والجفنين تصرف كما يلي:

١- دع الطفل يغلق عينية طوال بضع دقائق. فالتهيج يجعل الدموع تجري من العينين كلتيهما. واذا كان حظ المصاب جيداً فإن الدموع نفسها قد تغسل جزيئات الغبار وتلقيها خارجاً. ويجب ألا تفرك العين أبداً.

٢- اما اذا ظل الجسم الغريب في العين فامسك بأهداب الجفن أو الرمش الأعلى واسحبها خارجاً والى أسفل فوق الأهداب السفلي. ثم حرر الجفن الأعلى ودع الجفن الأسفل يعمل بمثابة مكنسة تكنس الجسم الغريب.

٣- اذا ظل الجسم الغريب في العين املأ قطارة بالمياه العادية أو بمحلول الملح المعقم واشطف في رفق الفسحة الواقعة بين بؤبؤ العين وجفنيها عن

طريق الامساك تباعاً بأهداب كل جفن وابقائه مرفوعاً قليلاً عن العين بينما يجـــري السائل تحته.

٤- ان الحــل الأخير قبل استشارة الطبيب هو أن يعمد القائم بالإســـعاف الى غسل يديه جيداً بالصابون والماء وقلب الجفنين واحداً بعد آخر والبحث جيـــداً عن الجسم الغريب. ويمكن انجاز هذا بسهولة في الجفن الأسفل بمجـــرد الامســـاك بالأهداب. أما الرمش الأعلى فمن الأفضل قلبه بقلم رفيع أو عود كبريت يمسك.

د- جسم غريب في الأنف:

قد يدفع الأولاد أحياناً حبة فاصولياء او ما يشبهها الى أحد المنخرين.

ما يجب عمله؟

يمكن رؤية الجسم الغريب عادة اذا جعلنا الولد يرفع رأسه الى الخلف. وفـــي العادة يمكن إزلاق طرف سلك إما تحت ذلك الجسم أو فوقه. وسحبه في رفق. فـــإذا لم تنجح هذه الطريقة، استشر الطبيب.

هـــ- جسم غريب في الجلد:

الجسم الغريب في الجلد يكون عادة من الخشب أو المعدن أو الزجاج، فـــإذا كان ذلك الجسم صغـــيراً وقريباً من سطح الجلد، يمكن عادة سحبه في المنزل، امـــا اذا اخترق الأنسجة العميقة أو كن تحت ظفر إصبع اليد أو أصبع الرجـــل فيتعيـــن عندئذ استشارة الطبيب. وقد تكون هنالك حاجة الى الاحتياط ضد مـــرض الكـــزاز (التيتانوس).

ما يجب عمله:

١- ينبغي أولاً للقائم بعملية الإسعافات الأولية ان يغسل يديه بالماء والصابون كما يغسل أيضاً جلد المريض حيث يقع الجسم الغريب.

٢- تعقم ابرة وملقط على لهب صغير.

٣- توسع الفتحة في الجلد بواسطة الابرة. واذا كان طرف الشظية بارزاً امسكه بالملقط واسحبه.

٤- اغسل منطقة الاصابة ثانية، وغطيها بكمادة معقمة أو بضمادة شاش لاصقة.

و- جسم غريب في المعدة (مبتلع):

يبتلع الأولاد الصغار قطع نقود معدنية ومفاتيح ومسامير متنوعة فإذا لم يكن للجسم المبتلع اطراف حادة فإنه يمر عادة من خلال الأمعاء في غضون ساعات أو أيام، ولكن المسامير قد تستقر في الأمعاء وتثقب جدارها مسببة عواقب وخيمة. وفي هذه الحالة يستشار الطبيب، فهو يستعمل اشعة اكس لتحديد موقع الجسم الغريب وقد يلجأ الى الجراحة لإزالته.

ز- جسم غريب في البلعوم:

عندما يضع ولد جسماً صغيراً في فمه وينزلق ذلك الجسم بحيث لا يعود تحت سيطرته فإن واحداً من امور ثلاثة يمكن أن يحدث:

إما أن يستقر هذا الجسم في البلعوم أو يصل الى ممرات الهواء المؤدية إلى الرئتين أو يبتلع وسنهتم هنا في الاحتمال الأول فقط.

ما يجب عمله:

اذا كان الطفل قادراً على التنفس من طريق التفاف الهواء حول الجسم الغريب فدعه هادئاً قدر الامكان ومستلقياً على ظهره قبل نقله الى عيادة الطبيب، اما اذا كان غير قادر على التنفس فحاول أن تحمله ورأسه الى أسفل واضربه على ظهره بين الكتفين حتى تجعله يستعمل الهواء الذي في رئتيه كي يسعل سعلة قد تدفع بالجسم الغريب خارجاً. فإذا اخفقت في ذلك وخاصة اذا بدا وجه الولد ينكمد فاحمله بسرعة الى أقرب عيادة طبيب أو مستشفى للمعالجة.

((العاهة الأذنية تبطئ دماغ الطفل))

قد يصاب كثير من الأطفال الطبيعيين الأذكياء غير المصابين بأي تلف دماغي بعجز دائم يقعدهم عن التعلم بسبب علة بسيطة هي احتشاء الأذن خلال السنوات الثلاث الأولى من العمر. ان دماغ الطفل خلال هذه الفترة ينبغي أن يكون قد أخذ يتعلم عملية اللغة الملفوظة فإذا كان الأذنان مسدودتين بسبب مرض مزمن أو مترد في الأذن الوسطى فإن الكلمات والجمل التي يسمعها تكون بصورة مكبوتة وكأنه يسمع شخصاً يكلمه وهو تحت الماء وهكذا يحرم دماغ الطفل في تلك السنة المبكرة من تعلم كيفية فهم وتجميع خيوط الكلمات. وحتى لو نظفت اذن الصغير فيما بعد من هذا العارض فإنه يظل محروماً من المهارات السمعية الضرورية للقراءة والتهجئة وبعض أنواع الحساب. هذه هي النتائج التي استخلصها باحثون في أمراض الأطفال بجامعة تنيس، وقد قام اولئك الاختصاصيون بدراسة أحوال أربعين طفلاً يعانون مشاكل سمعية تتراوح أعمارهم بين السادسة والحادية عشرة وقد اشتكى معلمو اولئك الأطفال من أنهم شاردو الذهن لا يحسنون التركيز ومصابون بفرط النشاط الذي لا تجعلهم قادرين على السكوت والاصغاء مما يتطلب اعادة الدرس او الجملة عليهم مرات ومرات، وبعد فحص الأطفال فحصاً طبياً دقيقاً واخذ تواريخ عن تطورهم اكتشف الدارسون وجود علاقة وثقى بين اصابتهم بمرض مزمن في الأذن الوسطى وتأخرهم في استخدام الكلمات وتركيب الجمل. وفي اختبارات قياس الذكاء لم يبد هؤلاء الأطفال مهارة في الاختبارات المحتاجة الى اذن سليمة ولو أنهم أبدوا ذكاء طبيعيا في الاختبارات البصرية.

((استعمل ذكاءك للتغلب على التخلف العقلي))

يعتبر التخلف العقلي مشكلة طبية ونفسية وتعليمية ولكنه في نهاية الأمر يمثل مشكلة اجتماعية بالدرجة الأولى. والنظرة الى مشكلة التخلف العقلي تشمل البعد العضوي الطبي كذلك البعد الاجتماعي البيئي التكيفي. فالنظرة الطبيعية الى المشكلة تبرز مشاكل التغيير في نسيج المخ أو عدم نمو خلاياه أو اضطرابات التمثيل الغذائي للخلية العصبية أو نقص في القدرة على نقل الاشارات العصبية أو بعض أو كل هذه العوامل مجتمعة. اما البعد النفسي الاجتماعي فيهتم بتعويق النمو في مراحل الطفولة المبكرة وسنوات ما قبل المدرسة على صعوبات التعلم في سنة المدرسة وعلى ضعف الفرص للتكيف الاجتماعي فيهتم بتعويق النمو في مراحل الطفولة المبكرة وسنوات ما قبل الدراسة على صعوبات التعليم في سن المدرسة وعلى ضعف الفرص للتكييف الاجتماعي وعلى قدرة العمل في مرحلة النضج. وفي المجتمعات المتقدمة قد تبرز مشكلة هذا النوع الثاني نتيجة للمطالبة الملحة والضغوط المستمرة بينما قد يصبح اكثر فعالية لمجتمع أقل تطوراً ومشكلة التخلف يمكن اعتبارها مشكلة متعددة الأوجه وتشغل جوانب عديدة فسيولوجية ونفسية وعضوية وتعليمية واجتماعية من وظائف الانسان وسلوكه. وعلى ذلك فيمكن تعريف التخلف العقلي بأنه "الانخفاض في ملكة الذكاء الى الأقل من المتوسط والتي تحدث عادة في مرحلة النمو وتؤدي الى اضطرابات في قدرة الانسان".

درجات الحرمان:

ويقسم الحرمان من الذكاء الى درجات من الأقل الى الأكثر شدة وهي خمسة

درجات تبدأ من درجة تحت المتوسط.

وحجم المشكلة ضخم اذ تبلغ حوالي ٣% واسباب التخلف العضـــوي عديـــدة منها ما تسببه عوامل الوراثة وزواج الأقارب ومنها ما تكـــون مـــن اضطرابـــات التمثيل الغذائي لأنواع معينة من الغذاء كـــالبروتين او ســـكر الجـــالاكتوز نتيجـــة اضطرابات في بعض الانزيمات وغيرها من الاضطرابات في تمثيـــل الدهـــون أو النشويات.

وهناك كذلك الاضطرابات في الكروموسومات حاملات الوراثة وتعطي مـــا تسميه عوامل الوراثة وزواج الأقارب ومنها ما يتسبب من اضطرابـــات التمثيـــل الغذائي لأنواع معينة من الغذاء كالبروتين وسكر الجالاكتوز نتيجة اضطراب فـــي بعض الانزيمات وغيرها من الاضطرابات في تمثيل الدهون أو النشويات. وهنـــاك كذلك الاضطرابات في الكروموسومات حاملات الوراثة وتعطي ما نسميه "ملامـــح الطفـــل المنغولي". وقد تسبب الأمراض التي تصيب الأم أثناء الحمل في حـــدوث هذه الاصابات مثل اصابة الأم بالحصبة الألمانيـــة أو اضطرابات فصائل الدم بيـــن الأبوين أو اصابة الأم بمرض السكر. كذلك نزول الأطفال قبل فترة الحمل الكاملـــة وهو ما يطلق عليه الأطفال المبسترين وتعتبر اصابة الطفل بالحميات المخية بعـــد الوضـــع مـــن الأسبـــاب الهامة في التأثير على خلايا المخ ....

المجال الاجتماعي:

امـــا في المجال الاجتماعي فتعبر حالة الأم الصحية والنفسية علامات هامـــة في نمو ادراك الطفل وملكاته وقد تؤثر فيـــه المشاكل العاطفية والاجتماعية التـــي تســـود الطفل والحرمان من التفاؤل الاجتماعي المناسب او النشأة في اسرة تنعـــدم فيها وسائل الاثارة.

والطفل المتخلف يواجه مشاكل في نمو شخصيته واضطراب في حياته العاطفية وقدرته على التكيف ويحتاج عادة الى اهتمام مضاعف من الأم. ووجود طفل متخلف يترك آثاراً عديدة على أسرته وقد يصبح مصدر تعاسة دائمة.

العلاج قبل الحمل:

والوقاية خير من العلاج دائماً وتشمل نشر الوعي الصحي وتحسين المستوى الاقتصادي وفحص الأزواج طبياً ونفسياً قبل الارتباط كما تشمل الاكتشاف المبكر لحالات اضطراب التمثيل الغذائي لأنها حالات يمكن يحتوى عليها كالبروتين أو اللبن. وهناك حالات الالتهاب المخي والسحائي التي يصبح علاجها الحاسم والمبكر عاملاً هاماً في تجنب اضرارها. وعلاج المشاكل النفسية للأسرة والطفل في مراحل مبكرة تجنب الطفل التعرض لعوامل الحرمان التي تؤدي الى التخلف، أما الأطفال المتخلفين فعلاج مشكلتهم يشمل علاج مشاكل السلوك والشخصية في المدرسة أو المراكز المتخصصة كما يشمل تعديل السلوك بالوسائل التدريبية السلوكية ومقابلة الآباء بغرض توضيح دورهم مع وجود مؤسسات ومراكز لتأهيل المتخلفين لعمل يناسب قدراتهم مع توفير فرص التأهيل للمعوقين جميعاً، كذلك اتباع وسائل خاصة في برامج التعليم. والمجتمع لا يزال في حاجة الى المزيد من الاهتمام لهذه المشكلة على كل المستويات الوقائية والعلاجية.. فلا يزال عدد المؤسسات لا يفي بالغرض وكذلك من ناحية الامكانيات ومصاريف القطاع الخاص باهظة بالنسبة لإمكانيات الرجل العادي ٠٠ فما بالنا بمثل هذه المؤسسات المتخصصة ٠٠أما عن برامج الوقاية ونشر الوعي قبل الزواج وللحوامل وبعد الوضع خلال فترة الرضاعة، فلا تزال في حاجة الى ثورة كاملة وجهد كبير على كل المستويات الاعلامية والصحية.

((نفسية الطفل))

تعتبر السنوات الأولى من حياة الطفل اساسية في تكوينه وفي سلوكه في المستقبل كانسان ناضج. فمن المعروف ان الطفل عند ولادته يتصور نفسه مركزا للكون، وان كل ما عداه لا يكون موجودا بالنسبة له من الناحية النفسية. لكنه بعد فترة قصيرة يأخذ في الاحساس بشخص يهتم به، يمنحه الغذاء والحب والطمأنينة، هو امه في اغلب الأحوال .. ان الصغير يتصور ان هذا الشخص جزء منه، فيتجه بعواطفه نحوه باعتباره جزءا مكملا له. لكن بعد قليل يتبين ان هذا الشخص الذي يتمثل في الام يتحرك بعيدا منه، وهكذا يميزها كشخص منفصل عنه .. وبرغم هذا فانه يستمر في منحها عواطفه، وبخاصة عاطفة الحب.

بعض المتاعب

ومن هنا تتفرع عواطف الطفل تجاه والده، ثم تجاه اخوته وأفراد الأسرة، وتجاه المجتمع الاوسع. ومن العجيب ان عواطف الطفل في هذه المرحلة الاولى تتميز بسرعة التغيير، ففي لحظة يحب امه لانها ترضعه، وفي أخرى يحس بالكراهية لها لانها لم تستجب لمطالبه، وقد تظهر هذه الكراهية في صورة عدوان من الصغير على امه، فيقوم " بعض" حلمة الثدي، ويسيء اليها في مرحلة الفطام .. وهكذا فان علاقة الطفل بامه هي علاقة اساسية في تكوين شخصيته المستقبلة، وينبغي ان نلاحظ ان هذه العلاقة اساسية في تكوين شخصيته المستقبلية، وينبغي ان نلاحظ ان هذه العلاقة تكون وثيقة منذ البداية بشكل كبير عندما تقوم الام بارضاع الطفل او تنظيفه.. ثم تأخذ في التحول مع نمو الطفل،

حين يجد اصدقاء يلعب معهم، ومن ثم يقل اهتمامه بالام والاسرة الى حد ما..لكن العلاقة بين الام وطفلها قد تعتريها بعذ المتاعب والمشاكل، التي يجب ان تلتفت اليها كل ام، حتى يشب ابنها سليما من الناحية النفسية. فمثلا قد تؤدي القسوة في معاملة الصغير وشدة النظام الذي تفرضه الام على حياته الى احساسه بان هذه هي صورة المجتمع الذي سيعيش فيه مستقبلا. وهنا يبدأ في الشك فيمن حوله، ويبتعد عنهم ويتصورهم دائماً في صور الوحوش التي تريد ان تقسو عليه. في نفس الوقت فإن هذا من شأنه ان يساعد على تكوين الضمير القاسي لدى الطفل، فيتعامل مع نفسه بطريقة قاسية، ويحاسب نفسه على كل خطأ مهما كان تافهاً .. وكل من هذين الطريقين يؤديان في النهاية الى كثير من الأمراض النفسية .. كذلك التدليل "الدلع" نقيض القسوة، أنه يؤدي هو الآخر الى تكوين "هش" لشخصية الطفل، يجعله غير قادر على تحمل الصعاب، ويتصور دائماً ان رغباته يجب ان تلبى وتجاب، بل وملزمة لكل من حوله، وهذا ليس من الواقع في شيء، ومن هنا فإنه يصطدم بالحقيقة، ويصعب تكيفه مع الحياة. ومن ناحية أخرى فإن هذا التدليل يساعد على ضعف نوازع الضمير لدى الطفل عندما ينضج، مما يسهل عليه الوقوع فريسة للانحرافات وانماط من السلوك الشاذ.

أخطاء تربوية

ولا يقف الأمر عند هذه المتاعب والمشاكل، بل ان فهم الأم أو الأب بأسلوب التربية الخاطئ قد يكونان سبباً في اصابة نفسية الطفل إصابة مباشرة. ولنأخذ مثلاً .. الأم التي تواجه ترديد الصغير لبعض الألفاظ "الخارجية" مرة بالضحك، وأخرى بالعنف، هنا لا يستطيع الطفل ان يميز بين الصحيح والخاطئ

في سلوكه. ومع تكرار هذا الأسلوب يصبح الابن مترددا، ويصعب عليه اتخاذ اي قرار، ومن ثم لا يمكنه التكيف مع ظروف الحياة، بل أن تكوينه النفسي على هذه الصورة يصبح متناقضاً، مما يجعله غير متكامل، ويؤدي به الى تفكك في الشخصية، وقد يصل الأمر به الى حد الانفصام الذهني. وهناك خطأ آخر تقع فيه الأم في عملية التربية .. انها قد "تصد" الطفل باستمرار، ولا تمنحه الحب والحنان اللازمين له وقد يصل الأمر الى حد الحرمان الكامل الذي قد يحدث أيضاً لو لم تكن الأم نفسها موجودة. هنا يشعر الصغير بالحرمان العاطفي، فتتأثر نفسيته تأثيراً بالاضافة الى التأثيرات العضوية المختلفة، فهو في موقف الحرمان يعاني من الخوف والكآبة والأرق وفقدان الشهية، وقلة الوزن، وغير ذلك من الأعراض. بل ان الحال قد يصل به الى نمط سلوكي كان قد تعدى مرحلته، كان يتبول على نفسه، أو يمص أصابعه، أو غير ذلك من أنماط السلوك المختلفة. ولما كانت علاقة الطفل بأبيه علاقة مؤثرة في حياته، مثل علاقة الأم، اذ ينقل عنه مثله ونظرته الى الحياة وتصرفاته وسلوكه، الأمر الذي يؤكد ان شخصية الأب تساعد على تكوين ملامح الصغير الخاصة بالطفل، سلباً كان ذلك أم ايجاباً، فاذا كان الأب مثلاً قاسياً، انطبع بذلك الطفل بوضوح، ومثل ذلك كان متسامحاً، أو حتى في تصرفاته. ولا يصح ان ننسى علاقة الطفل بأخوته، وهنا يجب ان ندخل في حسابنا الفاصل الزمني بين الطفل والذي يليه. فإن تعدد الأطفال مع تقارب السن قد يؤدي فعلاً الى الاهمال في التربية نتيجة الأعباء التربوية الكثيرة على الأم. كما ان قدوم الطفل الجديد دون أن يكون الذي سبقه قد وصل الى المرحلة المستقلة من التكوين النفسي، وهي بعد سن الثانية على الأقل، كفيل بايجاد نوع من القلق لدى الطفل، فقد انصرفت أمه الى الوافد الجديد بكل كيانها.

عوامل أخرى

لـذلك يجب ان تكون المدة بين انجاب طفلين من سنتين الى أربع، كمـا أن تعدد الأطفال بجانب الأعباء الاقتصادية التي تواجه الأسرة، يقلل فرصـة الصحـة النفسية لأفرادها، نظراً للاحتكاك المستمر بين الأبناء. ومن الواجب على اية حـال، ومن أجل سلامة الأبناء النفسية التركيز على عدة أساسيات هامة.

- يجب افهام الصغار دائماً انهم ينتمون الى اسر واحدة.
- وبأنهم مطالبون بالتعاون بين بعضهم البعض.
- ويجب علـى كل منهم ان يبذل كل طاقة لكي يصلح من نفسـه، وحتـى يسعد اسرته.

هذه هي عوامل نفسية هامة في تكوين الطفل،ولكن الى جانبها تبرز عوامـل اجتماعية، وأخرى عضوية. فأما العوامل الاجتماعية فإنها تؤثر بشكل كبـير فـي تكوين الطفل، فالأسرة ذات الدخل الكبيـر غير ذات الدخل الصغـير، والمسـكن الفسيح الصحي غير المسكن الضيق غير الصحي، وكثرة عدد الأطفال غـير قلـة عددهم. وهكذا. ومن هنا فإن العلاقة وثيقة بين العامل الاجتماعي وتكويـن الطفـل ونشأته. ثم لا ننسى العوامل العضوية ودورها في هذا الشأن. كان يصاب ببعـض الأمراض الوراثية، او المكتسبة كالنزلات الشعبية والرئوية وغيرها. ان ذلك يؤثـر في نفسه تأثيراً بالغاً، وهنا يبرز دور الوالدين في الأخذ بيده. وهكذا فـإن نفسـية الطفل تبدأ في التكيف منذ أيامه الأولى، وتحتاج من كـل مـن الوالديـن اهتمامـاً كبيـراً، وعنـاية خاصة، ليشب سليماً من الناحية النفسية، حين يصبح شاباً وزوجاً له أسرة.

((الطفل الوحيد مشكلة نفسية))

قد يحجم كثير من الأزواج عن الانجاب اكثر من مرة، رغبة في تحديد النسل ومن أجل الارتفاع. بالمستوى المعيشي للأسرة دون أن ينتبهوا الى الآثار السيئة الناجمة عن الطفل الوحيد. على الرغم من انه ينشأ في ظروف مادية واجتماعية سهلة ويحظى برعاية كبيرة واهتمام شديد.

إذن ما هي المشكلة التي يعاني منها هذا الوحيد؟

على الرغم من توفر الامكانيات المادية والرعاية الأسرية للطفل الوحيد فإن الآثار النفسية السيئة قد تنعكس عليه نتيجة لعدم وجود أخوة له يقاسمونه كل هذا الاهتمام والرعاية، ويتنافسون معه في شتى المجالات ويشاركونه أفراحه وآلامه وآماله ولا يمكن ان تكون عاطفة الصديق أو القريب أعمق وأقوى من عاطفة الأخوة، فصلة الرحم رابطة لا تنفصم مهما حدث من خلافات ومنازعات سطحية سرعان ما تنتهي. وتظهر على الطفل الوحيد أعراض الأنانية وحب الذات والميول النرجسية في مرحلة مبكرة من العمر. كذلك فهو غالباً طفل مدلل لا يستطيع الاعتماد على النفس ولا يستطيع مواجهة متاعب ومصاعب ومسئوليات الحياة في الكبر.. وغالباً ما يكون الطفل الوحيد غير قادر على التكيف مع العلاقات الاجتماعية الا بصعوبة شديدة كذلك فهو يريد ان يأخذ أكثر من قدرته على العطاء وتسيطر على شخصيته نزعة حب السيطرة والتمسك. هو طفل قلق بطبعه يستعجل الأمور ويحكم على المواقف بسرعة ودون تفهم وعلى مستوى

شخصي، وهو يتعجل الحصـــول على المكسب والمتعة دون اســـتعداد للتضحيـــة. ويميل الطفل الوحيد دائماً الى التقرب للآخرين واجتذاب الأصدقاء ليكونـــوا تحـــت سيطرته وليفرض عليهم ارادته ويملي عليهم شروطه بشيء من التحكـــم والأنانيـــة وبشيء من الحذر والترقب والرهبة، خشية ان يفقد كيانه خلالهم أو يضحي بشـــيء من أجلهم. وقد يحقد الطفل الوحيد على اصدقائه في الأسر متعددة الأطفال. وهـــل يعيش والد الطفل الوحيد حياة أسرية أسعد حالاً من التي يحياها أولئك الذين انجبـــوا العديد من الأبناء؟ هنـــاك أثار نفسية سيئة تظهر على والدي الطفل الوحيـــد وهـــي القلق والخوف الدائم عليـــه والسيطرة التامة على كافة حركاتـــه وســـكناته بحيـــث تطمس معالم شخصية وتفلس نفسيته وتحدد حركته لتكون كما يريد الوالدان وليـــس كما يريد هو. وأسرة الطفل الوحيد يسودها التوتر الشديد الذي يظهر. أحيانـــاً فـــي الخلافات الزوجية المستمرة حول طرقة تربية الطفل. وكثير ما يخطـــئ الوالـــدان في رعاية وتربية الطفل الوحيد نتيجة لفرض الرقابة والرعاية والحـــرص الشـــديد عليه والإفراط في تدليله.

- **وما هي الطرق العلمية لتفادي المشاكل النفسية للطفل الوحيد؟**

ان تجنب الأسرة طفلين أو ثلاثة على الأكثر فتتجنب الآثار الســـيئة للطفـــل الوحيد وفي نفس الوقت تتجنب الأسرة والمجتمع الآثار الخطيرة الناجمة عن زيـــادة تعداد السكان.

ويمكن للأسرة ذات الطفل الوحيد ان تتجنب هذه الآثار النفسية السلبية تخلـــق حوله جواً أسرياً بالنسبة للطفل من خلال اختلاطه بمن في مثل سنه من الأصدقـــاء

والأقارب، أو ايجاد أصدقاء له بمثابة الأخوة لينشأ بينهم وهو يشعر بمعنى التعاون والتنافس بين الأخوة. وهناك جانب ايجابي في موضوع الطفل الوحيد وهو أنه عادة لا يتعرض لضغوط نفسية أو منافسة داخل العائلة من غيره من الأخوة والأخوات وهذا يعمل على خلق شخصية منبسطة حالية من العقد اذا ما وجد التربية النفسي السليمة من الأبوين. فعلى الوالدين تقع مسئولية كبيرة في تشكيل نفسية طفلها خاصة في الفترة من ٣ الى ٧ سنوات ثم في فترة المراهقة.

وينبغي ان تتفادى اسرة الطفل الوحيد جو التوتر والخوف والقلق النفسي. لأن هذا التوتر ينعكس عليه ويجعله ضعيف الشخصية، مفلس النفس لا يعتمد عليه، وبدلاً من الإفراط في التدليل أو في القسوة ينبغي يتبع الوالدان أسلوباً معتدلاً يقوم على التوجيه والتقويم بحزم ولكن في حنان.

وهكذا تصبح شخصية الطفل ناضجة. ويشب سوياً يستطيع ان يتحمل مسؤوليات والديه في شيخوختها ويصبح انساناً له دوره الايجابي داخل اسرته الصغيرة وفي مجتمعه الكبير.

((الصحة النفسية للطفل في سنته الأولى))

الصحة النفسية ضرورة هامة لأطفالنا منذ السنوات الأولى، بل منذ الشهور الأولى، ولذلك فمن الضروري ان يراعي الآباء والأمهات عدة ملاحظات هامة عند التعامل مع الطفل الصغير أثناء أكله، ونومه وصراخه، وغير ذلك من المواقف الهامة في حياته، فإن ذلك كفيل بتحقيق الهدف الذي نسمو اليه: من أجل طفل سليم النفس.

١- التغذية:

تعتبر من أهم مشاكل فترة الرضاعة، إلا أنها يمكن ان تستمر حتى مرحلة الطفولة وان تمتد الى مرحلة الرشد مع اختلاف مظاهرها في كل مرحلة. فالرضاعة الطبيعية للطفل لها أهمية كبيرة، وقد تبين أن معظم الأطفال الذين يحولون الى العيادات النفسية بأمراض صعوبات التغذية أو الاضطراب النفسي أو الانحراف السلوكي كانوا يعاونون في السنوات الأولى من عمرهم من اضطرابات التغذية، ففي احدى الاحصائيات تبين بأن حوالي ٦٩ طفلاً حولوا الى العيادات النفسية لظهور بعض أعراض القلق النفسي في حوالي ٢٠-٢٩% كانوا يعانون من صعوبات التغذية في سنواتهم الأولى،وحوالي١٣منهم كانت فترة رضاعتهم الطبيعية قصيرة ثم بدأت الصعوبات تظهر عند انتقالهم الى الرضاعة الصناعية.

٢- ضبط وظائف الاخراج:

السن الطبيعية التي يتمكن الطفل فيها من ضبط الأمعاء هو ١٢ شهراً،

والمثانة حين يبلغ السنتين من العمر. ومع ذلك فهناك بعض الاختلافات الفردية التي يمكن أن تحدث، وتتوقف الى حد كبير على الصحة الجسمية للطفل، وكذلك توقع ظهور العودة الى عدم ضبط وظائف الاخراج حين يكون مريضاً أو خائفاً أو مضطرباً ونتيجة الى حادث. وينبغي الا يبدأ التدريب في وقت مكبر والأفضل الانتظار حتى يصبح الطفل قادراً على الجلوس وعلى تكوين علاقة ثابتة مع من ترعاه.

٣- عادات النوم:

الصعوبات التي تتعلق بالنوم أكثر شيوعاً في السنتين الثانية والثالثة عن السنة الأولى، وفي أغلب الأحيان تكون هذه الصعوبات نتيجة لظروف النوم أثناء السنة الأولى، وعادات النوم التي اكتسبها الطفل في هذه الفترة. لذلك ينبغي تشجيع عادات الاستقلال في النوم في فترة مبكرة ما أمكن ذلك، وان تكون هناك غرفة خاصة بالطفل او مع طفل آخر او مع مربيته بعد مرور الأسابيع الأولى، وتكون الأم تحت الطلب، فإذا استيقظ الطفل أثناء الليل بعد آخر رضعة ينبغي على الأم أن تلبي نداءه، فتحاول ان ترضعه وتخفف عنه، وتمنحه من الحب والحنان حتى يشعر بالراحة والاطمئنان، ولا تتركه بنفسه يصرخ حتى ينام.

٤- نوبات البكاء والصراخ:

يعتبر بكاء الطفل طريقة اتصاله بمن حوله، فهو يحتاج الى الطعام والرعاية فإذا لم يمنح ما يشبعه منهما فإنه يلجأ الى البكاء الكثير. أما اذا منح ما يحتاجه منهما فسوف لا يبكي الا في حالات نادرة وملحة. والطفل الطبيعي قليل البكاء.

لذلك فمن الأهمية بمكان ان نلبي حاجات الطفل الأساسي الحيوية، ولكن ليس من الصواب ان نسرع اليه في كل مرة يبكي فيها. فأحياناً يستخدم البكاء كوسيلة لتحقيق رغباته. ولكن ينبغي ان نجعله يتعلم الانتظار القليل وتحمل الحرمان البسيط في فترة مبكرة ما أمكن ذلك.

٥- مص الإصبع :

هذه العادة لا يسمح بها اذا نظر اليها من الناحية الصحية، ولكن من الناحية النفسية فيسمح بها اذا كانت تبدو على الطفل أعراض الاضطراب النفسي، فإذا حرم من ممارستها التي تعتبر مصدر اشباع له وكذلك كبديل عن ثدي امه فسوف تحدث له اضطراباً أكثر شدة. أما اذا كان الطفل يتمتع بحالة صحية جيدة، ومعتنى به ويشعر بالرضا والسعادة، فسوف لا يحتاج الى ما يساعده على الراحة، ويمكن ان يساعد على التخلص منها بأن يمد بوسائل أخرى بديلة تسترعي انتباهه مع منحه الغذاء المناسب، والحب والعطف والحنان، ومن الأصوب ان يرفع بلطف الإصبع من فمه أثناء نومه حتى لا تصبح عادة لديه، وتعتبر هذه المشكلة ليست ذا أهمية في مرحلة الرضاعة، ولكن تعتبر علامة توتر نفسي اذا استمرت مدة أطول في مرحلة الطفولة.

((تطور الطفل نفسياً وذهنياً))

من المعطيات التي غدت سائدة، والتي يسلّم الجميع بصحتها، التـــأكيد علـــى الشروط المادية، وأيضاً وبشكل خاص على الشروط العاطفية، التي يتطور الطفـــل من خلالها، أثنـــاء السنتين الأولى والثانية من الحياة أو خـــلال الســـنوات الثـــلاث الأولى منها، مـــع الإشارة الى أهمية هذه الأشهر في تكوين الســـلوكيات والطبـــاع التي ستميز كل مرحلة الطفولة بل والحياة برمتها في وقت لاحق. وقليلاً ما ننتبـــه الى عظيم أهمية هذا الأمر، لأن الغالبية العظمى من الآباء، لحسن الحظ يوفـــرون لأطفالهم ظروفاً حياتية طيبـــة، ويحبونهم بحنان، ويقومون بكل ما بوســـعهم كـــي يؤمنوا لهؤلاء الصغار جواً من الأمان والراحة، والعطف.

ان تعقـــد المشكلات في هذا الميدان ناجم عـــن ان تطـــور الطفـــل عاطفيـــاً وتطوره ذهنياً هما أمران مترابطان. وفي تجاهل هذه الواقعة الجوهرية يكمن جـــزء من النزاع بين مؤيدي ما هو فطري وبين أولئك المدافعين عما هو مكتســـب فيمـــا يتعلق بالتطور الذهني عند الطفل، ومن النادر ان يفضي التطور أو النمو العـــاطفي المضطرب الى ارساء تطور ذهني طبيعي. فلكي يسير الذكاء قدماً، نجـــده بحاجـــة لدى الطفل الصغير الى مناخ طبيعي ودافئ، يسمح بترسيخ مجموعة من التطـــورات النفسية، وليس هناك فاصل ابداً بين الجانبين العاطفي والذهني عنـــد الطفـــل. أمـــا رسوخ قواعده الشخصية المستقبلية فإنه يأتي مـــع السنتين الأولـــى والثانيـــة مـــن الحياة، إن كل شيء هنا متعاضد وفـــاعل: هـــدوء الأم، وتفهمـــها ، وانفعالاتـــها، والطريقة التي يتلقى بها الطفل الاحتجاج والتأنيب، وأيضاً صراخه، وبكاؤه، وحـــب

الأبوين لبعضهما، والود الذي يعيشه الطفل، وحرارة الشخصيات المحيطة به، وحضورهم، والصلابة التي يبدونها حياله، والقوة التي يلقنونها لهذا الرجل الصغير الجديد. انه في هذه العلاقة المتبادلة بين الطفل ومحيطه، تنتصب أسس شخصيته.

وثوبه الحيوي

يلزم المزيد من الوقت كي يشعر الأبوان جيداً ويفهما أن الطفل كائن ضعيف وفي غاية القوة في الوقت نفسه، ولا يعوزه سوى النمو بصلابة ان مكنّاه مما هو بحاجة اليه: الغذاء، وأسس الصحة، والجو العاطفي، ان في كيانه قوة ووثوباً رائعين، هما قوة ووثوب الحياة بعينها. إنه بحاجة للغذاء، والحماية والرعاية، والتمتع بالتحريض الذهني،ولكنه ليس بحاجة الى التحريض البدني، ففي كيانه من ذلك ما يكفيه، يجب ان تكون هذه الفكرة عون الأم في قهر القلق الذي لا بد وأن تكابده مع طفلها الأول، وهو القلق الذي تخف حدته كلما ازدادت خبرتها واتسع نطاقها. ولا سيما مع الطفل الثاني، والثالث وربما الرابع، وستجد نفسها أخيراً في راحة كبيرة من أمرها وهي تجد طفلها ينمو بوثوبه الحيوي الكامن فيه. ان الطفل الصغير هو كائن يكبر ويتطور بسرعة، ويتم بسلسلة من الاندفاعات التي تحرضه على تلبية حاجاته وتمتعه:الأكل حتى الشبع، والشرب حتى الارتواء، والبحث عن الدفء، والتماس البدني مع الأم، والابتعاد عن الألم، والشعور بالراحة، والرضاعة أو المص. وستمنحه أمه وسائل اشباع كل هذه الحاجات، وتجنبه ما ليس بحاجته. وضمن هذا الأداء، بين طلب واستجابة دائمين، تنعقد شيئاً فشيئاً روابطها معه،

ولتكــن الأم على ثقة بغريزة أمومتها، كي تشعر على نحو افضل بحاجاته، فتجــل لها خير استجابة.

دور الأم:

كانت التصورات، منذ سنوات خمس خلت، مختلفة عما هي عليه الآن، وبــدأ دور الأم يتضح اكثر بالنسبة لتطور الطفل، انها ليست فقــط تلــك التــي تعتنــي وتطعم،وتهدهد، وتواسي، وتهدئ، وتبتسم، وتتكلم، وتلاعب وتداعب، انها كل ذلــك وأكثر، إن الطفل، طفلك ايتها الأم ليس بعد كائناً مستقلاً بذاته، وعلى الرغــم مــن تسلحه بكل ما خلق به ومن أنه كائن له فرديته وشخصيته الخاصة به، فإنه بدونــك لا شيء، ولا يمكنه العيش. انه في الوقت نفسه مستقل، وذاتي الكيـــان، وخــاص، ولكنه لا يعيش بمفرده، وغير قادر على البقاء بذاته من خلال ذاته، لقد تم التعمـــق في هذا المفهوم شيئاً فشيئاً حــول تبعية الوليــد الرضيــع لأمـــه، التــي ســتكوّن بشخصيتها مراحل تطوره. إنه اكتشاف حديث. ان طفلك حساس ازاء كــل شــيء، قبالة عذوبة صوتك وحرارتهن وحنان صدرك، وابتسامــة عينيك، وحــب أنــاملك وهي تداعبه، إن الوليد ومن ثم الرضيع، على اتصال مباشر مــع لا شـــعور الأم. وهو ليس بحساس ازاء ظاهرها وملامحها الخارجية، بل إزاء شخصيتها الحقيقيــة، الفعلية والعميقة، المكونة من كل عناصرها. إن الأم، في مظهرهـــــا الخــارجي، هادئة الأعصاب، وغير متوترة، الا انها في الحقيقة قلقة من أعماقها، ومضطربــة، ومهمومة، وفي قلبها خوف دائم ازاء طفلها. انها في خشية من كل شيء، حتى لــو تصورت انها ليست كذلك. ويبدو هذا القلق في كل سلوكياتها، وجميــع تصرفاتـــها

وحركاتها، وهو الذي يدفعها أثناء الليل للتوجه نحو سرير طفلها كي تتنصت الـــى تنفسه، متسائلة ان كان كل شيء فيه على ما يرام، إن قلــق الأم الأسابيع الأولـــى، ولا سيما ازاء أول وليد، هو أمر عادي، وينتاب جميع النساء، جميع الأمـــهات، الا ان هذا الدور الرائع للأم التي تكوّن طفلها وتكيفه، وفقاً لجنس الوليد، انطلاقاً مـــن طفولتها هي ونوعية العلاقات التي كانت تربطها بأبيها وأمها أثناء ذلــك، وحســب تسلسل موقعه في الأسرة، لا يبدأ الا بعد الولادة، وليست الطـــريقة التي تتلقى بـــها الأم هذا الطفل، ورغبة أمومتها، وشعورها بسعادة النفس وهدوئـــها بعـــد ولادتـــه، سوى نقطة الانطلاق لعلاقاتها معه.

لم يكن الأطباء، منذ سنوات مضت، يجرؤون على التأكيد، بالقوة التي هـــي عليها اليوم، بأن الأمهات هن اللواتي يكوّن الأطفـــال، وان طبـــاعهم المســـتقبلية ستتأثر الى حد كبير بالمعطيات الشخصية الفطرية، المجهولة بعد، وبالعلاقات التـــي كانت تربطهم بأمهاتهم، ولكن يجب ألا يكون ذلك مدعاة لإثـــــارة هواجـــس الأم، نظراً لهذه المسؤولية الملقاة على عاتقها، أو خوفها وارتيابها بجدارتـــــها، ذلــك أن طريقة عيشها تتعلق أيضاً الى حد كبير، بظروف حياتها وعلاقاتـــــها بمحيطـــها. ينبغي ان يقودها هذا الأمر، أولاً وبشكل خاص، الى أن تتقبل ذاتها كما هـــي، لأن في توازنها سيجد الطفل ما يرتبط ويتعلق به، ان للكبار طباعهم المستقبلية ســـتتأثر الى حد كبير بالمعطيات الشخصية الفطرية، المجهولة بعد، وبالعلاقات التي كـــانت تربطهم بأمهاتهم، ولكن يجب الا يكون مدعاة لإثارة هواجـــس الأم، نظـــراً لـــهذه المسؤولية الملقاة على عاتقها، أو خوفها وارتيابها بجدارتها، ذلك أن طريقة عيشـــها

تتعلق ايضاً الى حد كبيـــر، بظروف حياتها وعلاقاتها بمحيطها. ينبغي ان يقودهـــا هذا الأمر، أولاً وبشكل خاص الى أن تتقبل ذاتها كما هي، لأن في توازنها ســـيجد الطفل ما يرتبط ويتعلق به. إن للكبار طباعهم، وشخصياتهم التي تكونـــت، وليـس بالإمكان فعل الكثير لإعادة تكوين الذات بغية تربية الطفل انهم كما هم. المهم هـــو الشعور بالرضا، والتوازن، وبهجة الحياة، والسعادة الداخلية .

دور الأب – الآباء الجدد

كيف تأتي الرجل غريزة الأبوة؟. بالتأكيد ليس فجأة. انها تأتي علـــى نحـو أصعب وأكثر بطءاً بالمقارنة مع غريزة الأمومة. وســتكون مواقــف الآبـــاء ازاء الأطفال الصغر متباينة ومتغيرة، الا أنه على الرغم من أن الأب يلعـــب دوراً مـــا بالنسبة للطفل الصغير، فإن هذا الصغير يبقى بشكل مطلق تقريباً بـــأيدي النســـاء: الأمهات والجدات. إن الكثيرين من الرجال، ان شعوراً بالتأثر ازاء ضعـــف هـذا الكائن الجديد، تؤلمهم معاناة الاعتياد على بعض الأمور، كـــأن يســـتأثر الصغـــير بالزوجة، التي تصب كل اهتمامه نحوه، أو أن تكون متعبـــة أحيانـــاً، وأن تتغـــير طباعهـــا. فيما بعد، يبدو الصغير متسخاً أحياناً، ويبدي جميع الرجال نوعـــاً مـــن النفور ازاء شؤون تنظيف الصغير، ويتركون هذا الأمر كلية ودائماً. إن أكثر الآباء لطفاً وعناية هو ذاك الذي يتناول الصغير، ويقدم له زجاجته مرة أو مرتيـــن فـــي اليوم، ويستيقظ ليلاً ليهدئ طفله الباكي كي يوفر على زوجته جهداً اضافيا، ولكـــن سرعان ما نجده يتراجع حالما "يعملها" الطفل،ويتأفف ويشمئز ان اضطر لتنظيفـــه، وهو في كل الأحيان يترك الأمر لزوجته. هذا ما يلاحظ دائماً، وكـــم هـــي نـــادرة

الحالات التي نرى فيها الأب مرافقاً للأم في مشوارها الـى الطبيب، مصطحبة الصغير وربما أخاه معاً الى العيادة، وعندما يحدث ذلك، ربما لأن السيارة موجودة، نجده داخل العيادة في ضجر وعجلة من أمره، لا شك في أن هذا الموقف ينطوي على الكثير من اللامبالاة، أو على الأقل، يعتقد الزوج هنا أن هذا الدور ليس له، هو الرجل، الذي ليس من المناسب ان يشارك في قضايا تتعلق بأطفال صغار. الى هؤلاء الآباء ينبغي أن نقول إن في تصرفاتكم هذا خطأ جسيماً، ان للطفل أبوين ولا تكتمل تنشئته الا بهما، وليس نقاش طبيبه بشأنه موضوعاً صبيانياً وثانوياً. الا أن دور الأب الأهم، خلال الأشهر الأولى، يتمثل في الاستمتاع بامتلاك هذا الطفل، وفي محبته لزوجتهن هذا الحب المتنامي عبر الدور الجديد، لهذا العطاء الرباني الذي حملته هي، كما يتجسد في مساعدته لها في كل شأن ممكن. ليس الزواج هو المؤشر الى تخطي مرحلة في عمر الشباب، بل الطفل الأول، لأن الحياة تكون قد دخلت في منعطف جديد، في ظل المسؤوليات الجديدة، والالتزامات التي يفرضها الطفل، وسيأخذ الأب سريعاً بعين الاعتبار المكانة التي يحتلها في حياة الطفل، عندما يختفي هذا الصغير به مساءً، بعد بلوغه سن السبعة أو ثمانية أشهر، وينتظر عودته الى هذه اللحظات المتميزة التي يقضيها فوق ركبتيه لاعباً ولاهياً، ولقد ظهر في السنوات الأخيرة، عبر الكثير من أنحاء ومناطق العالم، أن الآباء الجدد أخذوا يضطلعون بمسؤولياتهم ازاء الطفل الصغير، من عناية ونظافة وتربية وزيارة الى العيادات، جنباً الى جنب مع الأم.

في الواقع، ان النهاية السعيدة لكل زواج جديد وزوجين شابين تتمثل في امتلاك الاطفال، ومن ثم تربيتهم ورعايتهم، وتقاسم مسؤوليتهم على قدم المساواة، ويداً بيد،

وشئنا أم أبينا، ستبقى الأسرة في جميع الظروف السند الداعم الأكبر أماناً للرجل والمرأة.

التحدث إليه:

إن من شأن التحدث الى الطفل ان يحقق له تلك "البركة اللغوية" التي سيتطور فيها وينمي من خلالها لغته هو. فلتتحدث الأم الى طفلها منذ الولادة، وفي الواقع، ان الأم تقود بذلك غريزياً، عندما تهدهده، وتغير ثيابه، وتمنحه ثديها، وحينما يبكي ويبدو متألماً، وأثناء تواجده في حضنها وبين ذراعيها، وستأخذ الأم بعين الاعتبار، سريعاً جداً، ان عذوبة صوتها وموسيقاه تهدئانه وتريحانه وتطمئنانه، وان بوسع طفلها، في الأسبوع الثالث مثلاً، ان يبقى منتبهاً لفترة طويلة من الوقت، بعينين مغصوصتين، وأذنين متيقظتين ازاء رنة صوتها، ناظراً الى وجهها بثبات، وجاهزاً لرسم ابتسامة، ستكون لها وحدها في وقت لاحق. وفيما بعد، نحو الشهر الرابع أو الخامس، عندما تضعه نصف جالس الى جانبها، في المطبخ أو الغرفة، سيتوجب على الأم أن تتحدث اليه في غالب الوقت، ولا بأس في أن يكون الحديث حول ما تقوم به، ولكن ينبغي الا تغرقه في موجات من الكلمات، فليس ذلك ما ينشده، ان الأطفال الذي تتكلم امهاتهم كثيراً وطيلة الوقت لا يستطيعون التعبير عن أنفسهم الا قليلاً، وقد يصبحون صموتين، يجب أن يتوفر للطفل وقت يعبر فيه عن نفسه. وعندما يصبح في سن ستة اشهر أو ثمانية اشهر، يشرع في الثغثغة، وجميل ان تنخرط الأم معه حينذاك في حوار، فتتحدث اليه، ويجيبها، وهو يستطيع ان يمارس ذلك لفترة طويلة من الوقت، وان يروي مبتسماً.

ومن المستحسن ان يكون حديثها اليه هادئاً، ولطيفاً ومريحاً وفي الحقيقـــــة ليــس بوسع الأم أن تكون الا لذلك. وفي وقت لاحقن عندما يهرع الى نشاطه. و"عبثــه"، وطلبه الدائم لانتباهها، سيكون مصدر اثارة لأعصابها أحياناً، وقد تشرع

بالصراخ أو الحديث اليه بصوت قوي يدل على نفاذ صبرها واضطرابـــها، ينبغي تجنب ذلك، غالباً على الأقل، ان الحديث الى الطفل في صغره يعني ترســيخ الصلة معه منذ بداية عمره، ثم تتطور وتتسع.

((عصبية الأطفال ·· أسبابها ··· وعلاجها))

مرت الطفولة - في الماضي- بعصور أسيئت فيها معاملة الأطفال ··· وأسيء الظن بطبيعتهم ونواياهم ··· واعتبرت القوة والتخويف وسيلة لتربيتهم ·· ولكن ثبت خطأ هذا علمياً ·· ذلك ان الطفولة السعيدة، تعني أنهم سوف يكونون في المستقبل شباباً يتمتع بالصحة النفسية والبدنية والسعادة. ولما كان لكل طفل شخصية مختلفة وللبعض منهم عصبية، قد تكون نتيجة مرض عضوي، أو مكتسبة من أحد الوالدين، أو من المحيط به ·· كان هذا التحقيق للوقوف على أهم أسباب وأعراض عصبية الأطفال وعلاجها.

- **الأطفال شخصيات متباينة**

من الأطفال من يميل الى الهدوء والعزلة وعدم الاختلاط وتحاشي العلاقات الاجتماعية، ومنهم من يتميز عن أقرانه بالنشاط والميل الى المشاركة في النشاطات والأعمال ·· ومنهم من يتسم بالانفعال والتغيير والشعور الرقيق والمهارة والحركة والذكاء، ومنهم أيضاً من يتصف بالعصبية وسهولة الاستثارة والغضب وعدم الاستقرار، وقد تجتمع هذه السمات كلها في طفل واحد، فنجده يتقلب بينها الا ان هناك بعض الأطفال يتسمون بعدم الاستقرار بصورة بارزة، وتظهر عليهم بعض الأعراض العصبية الواضحة على هيئة حركة لاشعورية تلقائية غير ارادية، تتمثل في قرض الأظافر ، أو رمش العين، أو هز الكتف من وقت لآخر، أو تحريك الرأس جانباً، أو مص الأصابع، أو عض الأقلام، أو مداومة اللعب في شعره. أو حك فروة الرأس لدرجة احداث جروح فيها أو غير ذلك من

الحركات التي تقرها البيئة الاجتماعية، وتنهـره الأم بسببها، ولكن دون جـدوى.
وهذه الحركات عصبية لا ارادية، ترجع الى التوتر الشديد الذي يعاني منه الطفـل، مما يؤدي الى توتر الجهاز العصبي فيحاول الطفل التخلص من هذا التوتـر بـهذه الحركات بصفة متتابعة، وبطريقة تسلطية قهرية لا ارادية. فللأسـرة تـأثير بـالغ الأهمية في حياة الطفل، خاصة في سنواته الأولى، فمثلاً نوع العلاقات السائدة فـي الأسرة بين الأبوين، وبينهما وبين الأطفال قد تؤثر في سلـوك الطفل. فهو يتفـاعل مع مجتمع الأسرة أكثر من تفاعله مع أي مجتمع آخر، ولا ينفصـل في مشـاعره عن أسرته. ويكون الطفل فكرته عن نفسه، أي عن ذاته في بـادئ الأمـر مـن علاقته بالأسرة، فقد يرى نفسه محبوباً، أو مرغوباً فيه، أو منبـوذا، أو كـفـءاً أو غيـرها. ومن ثم ينشأ راضياً عن نفسه، أو نافراً منها، أو ساخطاً عليـها، وغـير واثق فيها، فتسود حياته النفسية التوترات والصراعات التي تتسم بمشاعر الضيـق والعصبية وبمشاعـر الذنب والقلق والنقص والرثاء للذات والاكتئـاب والضجـر.
ويرى بعض العلماء أن اهم أسباب عصبية الأطفال وقلقهم النفسـي، يرجـع الـى الشعور بالعجز، أو بالعزلة، كنتيجة لحرمانهم من الدفء العاطفي فـي الأسـرة، وعدم اشباع الحاجة الى الشعور بالحب والقبول، وكذلك الـى سيطـرة الآبـاء، وتفرقتهم للأطفال، وحرمانهم من الحاجات الضرورية.

- **أهم أعراض عصبية الأطفال:**

انعدام الاستقرار، الحركات العصبية، واحلام اليقـظة، والثـورة والغضـب لأقل سبب، والتشنجات العصبية، الهستيرية غير الصرعية، وعض أخواته أو مـن

يتشاجر معهم. وهناك عوامل أخرى، وأمراض جسمانية قد تسبب عـــدم اســتقرار الطفل وعصبيته، منها: اضطرابات الغدد الدرقية، وازدياد افرازاتـــها عــن الحــد الطبيعي، وسوء الهضم، والزوائد الأنفية، واللوز، والاصابـــة بـــالديدان ومــرض الصرع. ولذا ينبغي قبل أن نقرر أن أسباب عصبية الطفل نفسية، لا بد من التـــأكد أولاً من خلوه من الأمراض العضوية، فإذا ثبت انه سليـــم جسمانياً فإن الأســـباب تكون نتيجة عن البيئة الاجتماعية التي يعيش فيـــها. وأحيـــاناً تكــون الأســباب مزدوجة، أي صحية (جسمية) ونفسية معاً.

((الخوف وعدم الثقة عند الأطفال))

الخوف حالة انفعالية طبيعية يحسها ويشعر بها كل الكائنات الحية في بعض المواقف ... ويظهر الخوف في أشكال متعددة ، ودرجات متفاوتة تتراوح بين الحذر والهلع والرعب ...وكلما كانت درجة الخوف في الحدود الطبيعية كان الإنسان سويا يتمتع بالصحة النفسية ويمكنه أن يسيطر على مخاوفه بعقله .أما إذا كانت درجة الخوف كبيرة ، يتعذر معها السيطرة على العقل والمنطق فإن الفرد يعاني من الاضطراب أو المرض النفسي .. أو أنه يسلك سلوكا شاذا بهدف البعد عن المصدر ، أو المصادر التي يخاف منها ، أو تهدد حياته بالخطر .وقد أثبت العلم أن المرض النفسي وكذلك العقلي ، تمتد جذورها إلى فترة الطفولة وأنه لا صحة نفسية، بدون طفولة سليمة، سعيدة ، آمنه.

فالسنوات الأولى في حياة الفرد، هي أهم فترة في حياته ، بل هي الدعامة الأساسية التي تقوم عليها حياته النفسية والاجتماعية.. والتي منها يتقرر ما إذا كان سينشأ هذا الطفل على درجة معقولة من الأمن والطمأنينة..أو أنه سيعاني من القلق النفسي .. فأي خبرة نفسية وجدانية مخيفة يصادفها الإنسان في طفولته تسجل في نفسه، وتظل هائمة فيها، وقد يستعيدها شعوريا في كبره فيشعر بالخوف وقد يسقط مشاعرها على المواقف المشابهة فيخاف .وإذا كان الخوف بالدرجة المعقولة.. استعدادا فطريا، زود الله به الإنسان ليحمي نفسه وليأخذ حذره من مخاطر الحياة .. فإن الطفولة مرت بحقبة مريرة من تاريخ الإنسانية، حيث أسيئت فيها معاملة الأطفال ، واعتبرت القسوة عليهم رادعا للشر في نفوسهم.. والتخويف زاجرا لهم عن ارتكاب الأفعال غير السوية أو الانحراف... ولكن العلم أثبت خطأ هذه المعتقدات، وأظهر أهمية فترة الطفولة وأهمية شعور الطفل بالأمن والطمأنينة.

مثيرات الخوف :

الأصوات العالية من أهم المثيرات للخوف في الطفولة المبكـــرة .. أي فـــي السنة الأولى ، وخصوصا عندمـــا تكون الأم بعيدة عنـــــه . وتــــزداد مثـــيرات الخوف بتقدم نمو الطفل ... وبالتالي يختلف نوعها . ففي الســـنة الأولـــى وحتـــى الخامسة ، قد يفزع الطفل من الأماكن الغريبة الشاذة، أو من الوقـــوع مـــن مكـــان مرتفع أو من الغرباء. ويخاف من المواقف المتكررة المؤلمة التي مر بها في حياتـه كالعلاج الطبي مثلا ، أو إجراء عملية جراحية ... كما أنه يخاف مما يخاف منــــه الكبار ممن حوله في البيئـــة لأنه يقلدهم ... أي أن الطفل يتـــأثر لدرجـــة كبـــيرة بمخاوف المحيطين به ، سواء كانت واقعية أو وهمية أو طرافية .

*** الآباء ... مسؤولون :**

– دور الآباء في إثارة المخاوف لدى الأطفال :

يعلق كثير من الآباء آمالا كبيرة على أبنائهم فيميلون إلى التفاخر بصفاتـــــهم أمامهم بل إن كثيرا منهم يأبى أن يشعر ابنه بالخوف خشـــية أن يشب علــــى هــذه العادة.. ومثل هؤلاء الآباء غير واقعيين. حيث ينظرون إلى مخاوف أطفالهم علــــى أنها تصور في الإدراك من الطفل، وبذلك يقمعـــون انفعـــالات أبنائـــهم .. وهــذه الأساليب لا تستأصل الخوف عند الأطفال بل تزيد من مخاوفهم وتعقد شـــخصياتهم. وهؤلاء الآباء عاجزون عن فهم سيكولوجية الطفل ومشاعره ومخاوفه الطبيعيـــة ... وقد نسوا أنهم مروا بنفس الانفعالات في الطفولة. وفي الواقـــع، إن الخـــوف هـــو أكثر الانفعالات التي يتعرض لها الطفل في السنوات الأولى من عمره .. وقد يلجـــأ البعض من الآباء كوسيلة لعلاج خوف الطفل إلى السخرية منه ... أو إثارة أفـــراد

العائلة للضحك عليه بسبب مخاوفه وربما يتخذ بعض الأخوة هذه المخاوف للتسلية، فتتعقد شخصية الطفل، كما تسوء علاقته بوالديه وبأفراد الأسرة جميعا .
كما قد يلجأ البعض إلى فرض سيطرتهم المطلقة على الأطفال بإثارة الخوف في نفوسهم ، كما يخيفونهم من الطبيب أو الحقنة مثلا... وهذه كلها أمور غير سوية في سلوكيات الطفل.

للخوف أنواع :

اذكر بداية أن عدم الخوف لطفل ما من الحالات النادرة للغاية .. ذلك لأن قلة عدم الخوف ترجع عادة إلى الإدراك كما هو الحال في ضعاف العقول ، الذين لا يدركون مواقف الخطر أو الضرر ... فقد يمسك البالغ ضعيف العقل ثعبانا أو يضع نفسه في مكان يصيبه بالضرر وذلك لعدم تقديره هذه المواقف، كما أن الطفل الصغير رغم ذكائه قد يقدم على ثعبان ظناً منه أنه لعبة يمكنه أن يتسلى بها، غير مدرك للضرر الذي قد يلحقه منه .. ولكن هذا الطفل يستجيب بانفعال الخوف لنفس المواقف في سن الخامسة أو السادسة مثلا. وعلى هذا فإننا نفرق بين الخوف العادي والخوف المرضي عند الطفل. فالخوف العادي ... شعور طبيعي يحسه كل إنسان سواء كان طفلا أو بالغا ، حيث يخاف مما يخيف أغلب الأطفال في سنه إن كان طفلا .... وكذلك في البالغين .. كأن يخاف من حيوان مفترس يقترب منه فيشعر بالخوف والقلق على حياته ومن ثم يسلك سلوكا ضروريا للمحافظة على حياته الا وهو الهرب من الخوف الحقيقي .أما الخوف المرضي، فهو خوف شاذ ومبالغ فيه ومتكرر، أو شبه دائم، مما لا يخيف أغلب ممن في مثل سن الطفل .... وقد يكون الخوف عاما ، غير محدد ، أو وهميا ....

إلى غير ذلك من أنواع الخوف عند الأطفال .

الخوف المحسوس وغير المحسوس :

- المخاوف الأكثر شيوعا بين الأطفال :

هناك مخاوف شائعة جدا بين الأطفال... وهي المخاوف المحسوسة، والتي لها مصادر حقيقية واقعية ومحددة ، يلمسها الآباء في أطفالهم بسهولة ، لأنهم يعبرون عنها بوضوح ..كالخوف من :- الشرطي - الطبيب - المدرسة - بعض الحيوانات - الظلام- طلقات المدافع - البرق - الأماكن العالية - النار - الثعابين - والحشرات. وهناك بعض الأطفال يخافون من السفر بالقطار أو الباخرة لأول مرة .. ومنهم من يخاف من الزكام / أو المرض ، أو غير ذلك. وعادة ما يخاف الطفل من الأماكن غير المألوفة ومن الأشياء الغريبة والشاذة والجديدة عليه ، لأن الجديد ما هو إلا مثير مفاجئ لم يتعلمه الطفل، ولم يستعد للاستجابة له. أما المخاوف غير المحسوسة فهي تلك التي تكون محددة المصادر أيضا ، كالخوف من الموت أو من الغول ....الخ .

لماذا يخاف بعض الصغار ؟

الخوف لا يخلق في الإنسان ، ولا يولد به، نحن الذين نغرسه في نفوس أطفالنا وكان من الممكن ان يكونوا أكثر شجاعة وجرأة وأكثر حرية في التفكير ، وبالتالي أقل عرضه للاضطرابات النفسية والعقلية ولست افهم لماذا يصر الآباء والأمهات على زرع اكبر قدر من الخوف والفزع في نفوس أطفالهم منذ البداية .. والطفل يبدأ خوفه من خلال الجهاز السمعي فيفزع وقد يبكي حين يسمع صوتا عاليا، فيخاف الطفل من الوجوه غير المألوفة لديه أو الوجوه المتجهمة في وجهه.

وأيضا لست أفهم لماذا تبدو وجوهنا ضخمة في اكثر الأحوال أمام اطفالنا فنزوع الخوف في نفوسهم ولا نعلمهم حلاوة الأيام ؟ لماذا لا يرى الطفل كل الوجوه حوله مبتسمة فيظل دائما مبتسما مطمئنا .. وينمو الطفل فيدرك الأشياء اكثر وتتحرك فيه غريزة حب الاستطلاع بكل شيء حوله ليتعلم وينمو عقله وتنهال ايدينا الغليظة حيث تفسد شيئا فيبكي ويفزع ويخاف ... وبالتالي نقف في وجه أعظم غريزة ، وهي استكشاف واستطلاع الأشياء حوله . ويبدأ عقله يعمل فيسأل عن كل شيء وتفجر به وتنهره لكي يكف عن مضايقتنا بأسئلته ، وقد يكون السؤال متعلقا بالجنس فننهال بقسوة عليه لكي لا يعاود مثل هذه الأسئلة وبالتالي ينكمش عقله.. فتظهر عنده عقده الخوف .. لأنه كان يضرب حين يفكر أو حين يسأل ... ونعلمه دائما الخطأ والصواب من خلال العقاب ... من خلال الخوف ولا نترك له حرية عقله في التساؤل والتفاهم والاقناع .وبالتالي نستطيع أن نؤكد أن خوف الأطفال مصدره الرئيسي الآباء والأمهات وهناك تجربة مشهورة في علم النفس تؤكد هذا المعنى ... جاءوا بطفل لم ير من قبل الفئران البيضاء وأجلسوه معها ، فبدأ يلعب معها وهو سعيد مطمئن .. وأثناء ذلك اصدروا صوتا مفزعا في الحجرة فبدأ الطفل يخاف من الفئران البيضاء ومع تكرار الصوت المفزع بدأ الطفل يحس بخوف متكرر حينما يرى أي حيوان ابيض اللون وهذا يؤكد اننا نزرع الخوف بأيدينا وبنفس أسلوب الآباء والأمهات يكون اسلوب المدرس أو المدرسة. وهذا هو السبب في ان كثيرا من اطفالنا يكرهون الذهاب الى المدرسة وقد يستمر معهم هذا الإحساس. فإذا أردنا أن نخلق جيلا صحيحا سليما شجاعا فيجب ان نعلم أبناءنا الحب والاطمئنان والشجاعة .

((لماذا يكذب الأطفال ؟))

للكذب تأثير قوي على الناحية النفسية .. وهو شائع بين أطفالنـــا ... فلمـــاذا يكذبون ؟ وهل كل طفل كذاب يسرق او يعتدي على ممتلكـــات الغـــير ؟ .. وهـــل الكذب والسرقة والغش كلها صفة تشترك في سلوك واحد .. هو عـــدم الأمانـــة .. وهل الأمانة في القول .. كالأمانة نحو ممتلكات الغير ؟

الكذب .. سلوك مكتسب : لا يولد الأطفال صـــادقين .. ولكنـــهم يتعلمـــون الصدق والأمانة شيئا فشيئا من البيئة، إذا كان المحيطون بهم يراعون الصدق فـــي أقوالهم واعمالهم ووعودهم، أما إذا نشأ الطفل في بيئة تتصـــف بـــالخداع وعـــدم المصارحة، والتشكك في صدق الآخرين فأغلب الظن أن الطفل سيتعلم نفس هـــذه الاتجاهات السلوكية والأساليب في مواجهة الحياة وتحقيق أهدافـــه. والطفـــل منـــذ نشأته يستطيع بمهارة أن يفـــرق بين الصدق والكذب..ففي مقدوره تماما أن يفـــرق بين ما هو صادق وما هو كاذب خصوصا فيما يتعلق بالأمور والرغبات الخاصـــة به. فالطفل الذي يعيش في وسط لا يساعد على تكون اتجاه الصدق والتدريب عليـــه يسهل عليه الكذب ، خصوصا إذا كان يتمتع بـــالقدرة الكلاميـــة ولباقـــة اللســـان وخصب الخيال فهو يقلد من حوله ويجدهم لا يصدقون القول ويلجأون الى الطـــرق الملتوية، وانتحال المعاذير الوهمية... فيتدرب على ذلك منذ طفولته ...وعلى هـــذا فإن الكذب صفة أو سلوك مكتسب بتعلمـــه الطفل كما يتعلم الصدق إذن هو ليـــس صفة فطرية، أو سلوكا موروثا. والكذب – عادة – عرض ظاهري وقوى نفســـية تجيش في نفس الفرد سواء كان طفلا أو بالغا.. وقد يظهر الكذب بجانب الأعراض

الأخرى كالسرقة أو شدة الحساسية والعصبية ، أو الخوف أو غير ذلك .

وعن الأساليب الخاطئة التي يتبعها الأباء تجاه الأبناء .. قال :

يلجأ بعض الآباء إلى الزج بأبنائهم في مواقف يضطرون فيها للكذب .. وهذا أمر يتفق مع أصول التربية السليمة .. كأن يطلب من الابن أن يجيب السائل عن أبيه بأنه غير موجود .. أو يقول كذبا لمن يطرق باب المنزل بأن الأب أو الأخ غير موجود ولم يحضر بعد ... أو ما شابه ذلك . يشعر الطفل في هذه المواقف بأنه أرغم على الكذب ، ودرب على أن الكذب امر مقبول ، وإلا لما لجأ إليه مثله الأعلى (الوالد – الوالدة– الأخ الأكبر) كما أنه يشعر بالظلم عند عقابه على كذبه في أمر من أموره هو .. ويشعر أيضا بقسوة الكبار الذين يستحلون لأنفسهم سلوكا لا يسمحون له . إن بعض الآباء يلجأون إلى المبالغة في تنشئة الطفل على الصدق، فيضيقون عليه في كل صغيرة وكبيرة، وفي كل عبارة يقولها، ويصرون على ان تكون صادقة مائه في المائة ، وفقا لما ينشدون من صدق. وهذا السلوك الصارم لايغرس في نفس الطفل الصدق ، بل على العكس تماما قد يدفعه على الكذب .. وذلك كمحاولة للظهور بالمظهر الذي يرضي والديه. ان مثل هؤلاء الآباء ينسون أن كل طفل لابد أن يمر في حياته بفترة يكذب فيها ويلفق بما قد يوحي له خياله ، قبل أن يصل في طريقه الشاق الطويل إلى مرحلة الصدق كما أنه من النادر أن نجد طفلا كاملا فيه صفة الصدق منذ طفولته. إن سن الطفل تعتبر عاملا مهما عند تقرير خطورة أو عدم خطورة ميله إلى الكذب فالطفل مثلا في سن الرابعة قد يلفق قصة من نسج خيالة الواسع وهذه لا يمكن أن

نعتبرها كذبا بالمعنى المتعارف عليه عند البالغين.. فالطفل في مراحل نموه الاولى تختلط في ذهنه الأفكار ولا يفرق بين الصحيح، وغير الصحيح ... كما أن خياله يصور له أفكارا بعيده عن الواقع والحقيقة... ولكنه يتصور أنه واقع وحقيقة ... ولعل هذا هو سبب شغف الأطفال بسماع القصص الأسطورية من الجدات ... ولذا فانه يميل إلى القصص الخيالية .. وتأليفه لها وهذا لا يعتبر جنوحا أو ميلا إلى الانحراف والكذب المرضي ، بل يدل على أنه لا يزال صغيرا لا يفرق بين الخيال والواقع.

الكذب له دوافع

يلجأ الطفل إلى الكذب بسبب معاناته من الشعور بالنقص ، وذلك لتغطية هذا الشعور.ومن أمثلة ذلك أنه يدعي أن عنده لعبا كثيرة وكبيرة جدا بل قد يتخيل شكل لعبه وحجمها غير واقعي.. وقد يدعي أن والده يعمل بمركز مرموق ، وأنه يعمل في مهنة بعيدة كل البعد عن مهنته ، وذلك لمجرد التفاخر وتعظيم الذات. وهناك دوافع كثيرة تجعل الطفل يميل إلى الكذب .. فمثلا، قد يكذب الطفل بهدف استدراك العطف، عن طريق التمارض والإدعاء كذبا بالمرض .. أو محاولة إيهام الآخرين أنه مغمى عليه أو أنه تقيأ ما أكل.. إلى غير ذلك من الوسائل التي يسيطر بها على البيئة ... ونجد هذه الأساليب عادة في الأطفال الذين لم ينالوا درجة معقولة من العطف من الوالدين في الطفولة ... أو في الأطفال المدللين في الصغر .. وتعدت معاملة الوالدين لهم على أساس أنهم لم يعودوا بعد أطفال كما أن الطفل قد يكذب لإسقاط اللوم على شخصية من يكرهه أو يغار منه .. وهو من

أكثر انواع الكذب خطرا على الصحة النفسية وعلى كيان المجتمع ومبادئــه ... لأن الكذب الناتج عن كراهية وحقد هو كذب مع سبق الإصرار ، ويحتاج من الطفل إلى التفكير وتدبير مسبق بقصد إلحاق الضرر والأذى بمن يكرهه .. وعادة يكون هــذا السلوك مصحوبا بالتوتر النفسي والألم .. ويكون الكذب في هذه الحالات (نفســيا) للكراهية المكبوتة في نفسه ضد من يكره .. وقد يكون هذا النوع من الكــذب أحــد أعراض حالة نفسية مرضية . وقد يحدث هذا النوع من الكذب بيــن الأخــوة فــي الأسرة الواحدة ، وذلك بسبب التفرقة في المعاملة بينهم ... فالطفل الذي يشعــر أن له أخا محظيا عند والديه وأنه منبوذ أو أقل منه قبولا في المنزل قد يلجــأ للكــذب ويتهمه باتهامات يترتب عليها عقابه أو سوء معاملته. ونفس الشيء قد يحدث بيــن تلاميذ المدرسة الواحدة نتيجة الغيرة أو ليس له مركز ممتاز بين أقرانه ، أو لتقــدم غيره عليه في الدراسة إلى غير ذلك ..

ما العلاج إذن ؟؟

ينبغي دراسة كل حالة على حدة وتقصي الباعث الحقيقي والدافع إلى الكــذب هل هو كذب بقصد حماية النفس خوفا من عقاب ...أو أن هذا الكذب يرجــع إلــى خيال الطفل وأحلام يقظته ، أو عدم قدرته على التذكر ...الخ . ومن المهم ايضا ان نتعرف على حقيقة الأمر ... وعما إذا كان الكذب عارضا أم أنه عادة عند الطفــل وهل هو بقصد الانتقام والتشفي أو هي بدافع لاشعوري مرضي .

زوج الأم وزوجة الأب

كيف يقدمان الحب للصغار الأبرياء؟

من المؤكد أن بناء الشخصية التي تأخذ شكلا من الأشكال السوية أو المرضية يتم في فترة الطفولة وهي الفترة التي يتخللها الحب والعطاء من جانب المحيطين بالطفل سواء أكانوا الوالدين أو احد الأقارب أو دور الحضانة أو المربيات أو من يتبنون الطفل ممن لم يرزقوا بأولاد وفي هذه الفترة يتعلم الطفل الحب واساليبه ويتعلم كيف يعطي ويحب في المراحل القادمة في حياته فاذا لم نعطه الحب الكافي والرعاية الكافية فإنه لا يستطيع ان يعطي ويمنح في المستقبل فان فاقد الشيء لا يعطيه. من هنا نرى أهمية المحيطين بالطفل في فترة نموه فنحن مثلا نعلم كثيرا ومن الأمثال الشائعة بأن زوجه الأب لا تمنح أولاد زوجها الحب والرعاية والاهتمام الكافي في طفولتهم وبالتالي نرى الأطفال ينمون وهم ساخطون على وجودهم في هذه الحياة ولا يستطيعون ان يقوموا بتكوين علاقات أو صدقات، واذا تمت فهي تقوم على عامل معين وهو الانتقام من المجتمع الممثل في الأصدقاء والذي لم يعطهم شيئا وقد يفشلون في حياتهم ولا يستطيعون مواصلتها أو قد لا يستطيعون التكيف مع البيئة ويصبحون دائمي الصدام والخلاف مع الناس: الزملاء بالمدرسة المدرسون والأصدقاء والرؤساء والمرؤوسين في العمل وقد تنشأ لديهم فيما بعد العقد النفسية وبالتالي الأمراض النفسية واهمها امراض الاضطرابات الشخصية وهذا كله ينطبق تماما على زوج الام لانه إنسان غريب على أولاد الأم ولا يستطيع مهما كان صادقا ان يمنحهم ما كان الوالد يمنحهم من رعاية واهتمام.

((النحافة والسمنة في الأطفال))

- بين السادسة والثامنة : نحافة الأطفال طبيعية جداً.
- ماذا يجب أن تفعل الأم عندما يرفض الطفل أن يأكل؟
- غالبا ما تنظر الام لطفلها البدين نظرة اعجاب وفخر واطمئنان، وذلك لاعتقادها الراسخ بأن البدانة علامة حسن التغذية وخلو من المرض ، على نقيض النحافة التي غالبا ما تكون مثار قلق شديد لها .

والحقيقة ان العكس هو الأقرب الى الصحة والواقع ، فالبدانة في الأطفال تستمر في حوالي أربعة أخماس الحالات حتى الكبر ، بل تزداد مع مرور الزمن وحينذاك يبدأ تأثيرها الضار في الظهور بعكس النحافة – فالأخيرة دائما تكون مصحوبة بحيوية اكثر وعمر اطول وصحة اجود.

البدانة في الأطفال

تنشأ البدانة في الطفل كنتيجة مباشرة للإكثار من الغذاء في الشهور الأولى من عمره – ولذا يجب على الام في هذه السن ان تفرق بين حسن التغذية – وبين الإفراط فيها وما يستتبع ذلك من زيادة مطردة في الوزن. فالإكثار من الغذاء في الشهور الأولى هو العامل الأساسي والخطوة الأولى على طريق البداية .وتلعب الأطعمة الجاهزة دورا كبيرا في احداث البدانة في هذه السن المبكرة ويرجع ذلك لطعمها المستساغ من جانب الطفل وغالبا ما تتكون هذه الأطعمة من النشويات – ولكن شكرا للطبيعة ، فالطفل مع بداية عامه الثاني يحاول ان يأكل بمفرده ويبدأ

في مقاومة أمه في محاولة تغذيته له ، وهذا التطور في سلوك الطفل كفيل بتصحيح وزنه بأخذ ما يكفيه فقط من الطعام - واذا لم يظهر هذا الاتجاه من ناحية الطفل او اذا اصرت الأم على فرض ارادتها على طفلها ، فإن البدانة في الطفل تستفحل وتستمر بشكل مطرد، وبعد ذلك تصبح شهية الطفل خاضعة لحكم العادة، وحينئذ ينفلت الزمام من بين ايدينا، ويصبح الغذاء بالنسبة للطفل نوعا من الإدمان، وجدير بالذكر ان الأطعمة السكرية والنشوية والتي يميل اليها الطفل تسهل عملية الإدمان .وفي مجال تكوين البدانة في الشهور الأولى من العمر يجب الا ننسى الارتباط النفسي بين الأم وطفلها الوليد ومدى تأثير ذلك على تغذيتها له، فكثير من الأمهات يربطن حبهم لأطفالهن وتعذيبهن لهم وهناك البعض من الأمهات غير المستقرات نفسيا واللاتي يخشين شيئا ما في حياتهن الخاصة - نجد انهن يحرصن على خلق علاقة أوطد وأوثق بأطفالهن ، طريق ضمهم الى صدورهن وتغذيتهن لهم باستمرار. ولكن ما الذي يحدث عندما يكبر الطفل ويصل الى سن المدرسة ؟... نجد ان مثل هذا الطفل البدين يفضل الانطواء على نفسه ويعزف عن مشاركة اقرانه في النواحي المختلفة للنشاطات المدرسية، ومن ثم تقل حركته، الأمر الذي يزيد من وزنه وبذلك يدخل في حلقة مفرغة من الكسل والبدانة كل منهم يزيد الآخر. ولعلاج مثل هذه الحالات يجب عمل تنظيم غذائي - وليس حرمانا - ودعوة الوالدين لكي يشاركا طفلهما في هذا الرجيم خوفاً من الضرر الذي يمكن ان يلحق بطفلهما في الكبر اذا ما ترك وشأنه. النحافة في الأطفال كما اوردت سابقا فغالبا ما تكون النحافة - عكس البدانة - مصدرا لقلق شديد للوالدين ، ويكثر ترددهما على عيادات الأطباء متلمسين علاجا لهذه الحالة

التي توشك ان تفسد جو سعادة العام الثاني حينما يحاول الطفل اكتساب خبرات جديدة في حياته . بادئا بمحاولة إطعام نفسه بنفسه – مثل هذه المحاولات دائما وابدا تكون مصحوبة باتساخ ملابس الطفل وبعثرة الأكل .. الخ .. الأمر الذي يسبب ضيقا للأم ويجعلها تصر على تغذية طفلها بنفسها ، ومن سوء فهم لطبيعة الطفل ترفض الأم بشدة تلك المحاولات ، وحينئذ يقابل الطفل ذلك بعناد وبرفضه الغذاء ، وقد تذهب الأم إلى ابعد من ذلك فتحاول استعمال القوة والعنف او المغريات ، وحينما تصل الأم لمثل هذه الأساليب فلتعلم انها الأن على الطريق إلى معركة طويلة مع طفلها سوف تنتهي بانتصاره لا محالة . ولذا يجب ان يعطي الطفل الفرصة لتغذية نفسه بنفسه،مهما كان ذلك مثيرا للأم اذ لن يتعلم إلا عن هذا الطريق اما عن العلاج في حالات النحافة – فيجب الا يلوم الطبيب الوالدين على تصرفاتهما إزاء الطفل – اذ انهما يفعلان ذلك لاهتمامهما الزائد بفلذة كبدهما ، ويجب ان تتوقف جميع المحاولات التي تستهدف جعله يقبل على الأكل ... كل ما يجب عمه هو ان يقد الأكل للطفل كالمعتاد ويترك له لفترة معقولة من الوقت ، ويرفع بعد ذلك دون تعليق ، حتى ولو لم يتناول منه شيئا على الإطلاق – إذ لابد ان يشعر الطفل بعدم اهتمام العائلة بتناوله او عدم تناوله الطعام، ويجب ايضا ان تتوقف تماما تلك النظرات القلقة والهمسات الحائرة التي يتبادلها الأبوان عندما يجلس الطفل معهما ولا يأكل شيئا – ويجب على الوالدين ان يثقا تماما بأنه مهما كان عناد الطفل فسوف يأكل يوما ما، ولم ولن يحدث ان يصاب الطفل بأي أذى نتيجة لجرعة طالما كان سليما وليس مريضا .. وهكذا يمكن حل المشكلة .. وهو العمل الذي ينفذ اولا واخيرا عن طريق الآباء والأمهات ...

((الحب عند الأطفال))

أنت – كوالد – تحب طفلك .. وأنت – كوالدة – تحببين طفلك أيضا ، وهو لاشك يحبكما ...

ولكن كيف يستمر هذا الحب المتبادل بينكما حتى بعد أن يكبر ويصبح شابا ورجلا إن الأمر محتاج إلى مزيد من المعرفة عن تكوين الحب كعاطفة عند الطفل منذ ميلاده ..

وحين يصل إلى سن الإدراك .. إن هذه المعرفة تقود الوالدين في علاقتهما بالابن إلى بر الأمان .. فكيف يحب الطفل ؟

الحقيقة ان الطفل في سنواته الثلاث الأولى مخلوق فطري .. متواضع في طلباته يتجاوب تجاوبا مباشرا لكل من يحبه ... ويهدهد ، ويشبع رغباته: الغذاء والراحة والتنزه ولكن بعد ذلك تتطور الصورة .. بعد الثالثة أو الرابعة عندما يزداد تعلق الصغير بوالدته وتزداد رغبته في الاستحواذ عليها ، ويدرك أنها تنتمي إلى والده ، يشعر بمشاعر الغيرة والعداء .. غير أنه بعقلية الطفل يتوهم أن أباه يعرف كل شئ عن شعوره بالمنافسة معه في حب والدته .. وأن ابـاه أيضا يبادله شعورا عدائيا ... ومن شأن هذا كله أن يفزعه .. فهو من ناحية يدرك ان أباه يفوقه كثيرا في الحجم والقدرات وهو من ناحية أخرى يحب أباه جدا. ولذلك يحسن جدا ألا يحاول الوالدان اثارة غيظ اطفالهم .. بتعمد إظهار الحب المتبادل

الحـــب والتربيـــة !.

الواقع أن الوالدين حينما يحسان بهذا التوتر لدى الطفل وحين يعلمان ســـببه، فان بعضهم يحاول ان يكتفي بأن يكون صديقا له فقط.. يلي كل رغباته، ويتجنـــب القيام بدوره في تأديبه وتهذيبه .. كما أن الأم قد يراودها هذا التفكير ذاتـــه. ولكـــن هذا السلوك من جانب الوالدين يترك عند الطفل شعورا بالشك في سلامة ســـلوكه ، ويزيد إحساسه بالخوف والتوجس من والده إذا حدث وانفجر غاضبا في يـــوم مـــن الأيام. ولعـــل اقرب مثل على ذلك عندما تكون انت نفسك تحـــت رئاســـة معلـــم بالمدرسة وقد اعتاد ان يكبت شعوره بالغضب نحوك ، فان مثل هذا الشعور يعقـــب فيك قلقا أو اضطراباً اشد مما لو كان هذا المعلم من النوع المعقول الـــذي يغضـــب للشيء المعقول ثم يهدأ غضبه بعد ذلك .. اما الأب الواثق من نفسه ومن حب ابنـــه له، فإنه لا يتردد في معاقبته إذا اخطأ... وهنا يدرك الطفل ادراكا واضحا ، ســـليما .. فضلا عن ان صفاء الجو بينه وبين أبيه بعد لحظات العقاب والحزم يبعث فـــي نفسه شعوراً بالارتياح بعد ان مرت التجربة بنجاح، والأزمة بسلام.. فليس الحـــب هو التقصير في تربية الطفل ، وعدم معاقبته خوفا من غضبه . فـــالطفل ، وعـــدم معاقبته خوفا من غضبه .. فالطفل يعرف بغريزته متى أخطأ ، ومتـــى يجـــب أن يتوقع العقاب ...

مشاعر الطفل والوالدين !.

وفي هذه المرحلة نرى ان غالبية الصبيان يتباعدون عن امهاتهم بعـــد ســـن السادسة ، ويصبحون أقل استعدادا لتلقي القبلات منهن .. ثم هـــم يرفضـــون هـــذه

القبلات تماما في النهاية.. فما السبب في ذلك ؟ ولعل هذا التحرر من أوله والتعلق بالوالدين في هذه السن هو الذي يطلق عقله ويحرره ، ويهيئه للدراسة .. وإلا فما هو السبب الذي جعل أنسب سن للدراسة الحقيقية عند الطفل هي سن السادسة .

وكما تتغير مشاعر الطفل في هذه المرحلة نحو أمه فإنها تتغير نحو أبيه أيضا ..

نظام النمو العاطفي !.

ولكننا عند تعمقنا في دراسة أحاسيس طفل في هذه السن ، فإننا نراه وقد استطاع الى حد كبير تقمص شخصية والده .. وهو منذ هذا الوقت سوف يكون مستعدا للتعلم من أبيه ومن غير ابيه ، ولكن بأسلوب الند للند وقد يكتنف هذه المرحلة مصاعب كثيرة .. هذه المصاعب تأخذ شكل : عناد وفوضى من جانب الطفل .. ويصل ذلك إلى الذروة في فترة المراهقة .. ولكن الأب العاقل هو من يسوس ولده في هذه المرحلة بمزيد من التفهم والحب والمرونة ولعلنا نعجب ونتساءل : لم هذا النظام العجيب المعقد في نمو الأطفال العاطفي ؟.. لماذا يبدأ الطفل بالتعليق الشديد بالوالدين وحين يكتشف ان هذا لا يجديه نفعا سوى كبت مشاعره والإقلاع عنها في سن السادسة ؟.. لماذا يحدث هذا فعلا ؟ كل ما وصل اليه علماء النفس من أجل الإجابة عن هذا السؤال هو أن: هذه العملية المعقدة – وهي الحنين إلى أحد الوالدين – ثم عملية الإقلاع عن هذا الحنين ، تلعبان دورا هاما في خلق ضمات رائعة كثيرة في نفس الطفل ... مثل الطابع الروحي للحب والزواج والمثالية عند الإنسان ، وملكه الإبداع الفني والفضول العلمي بل واستقرار مجتمع الإنسان ...

((الصداقة لا تعرف سنا))

الصداقات في سن الطفولة تذهــب وتجيء ، ولكنها اذا استمرت فإنها تغــدق على الطفل احاسيس من البهجة وراحه البال تظل تعاوده طوال حياتـــه .. تطفــو الدلائل الأولى للصداقة عند الطفل في مراحل عمره المبكرة. والطفل الدارج البـــالغ من العمر عامين قد يقبس روح الصداقة من الطفل الآخر الذي يماثله سنا قبـــل ان يعي معنى هذه الكلمة. ونحن جميعا نحــب ولاشــك ان ينشــأ اطفالنـــا محبوبيــن ومحبين، سريعي الاندماج بالمجتمع . فإذا لاحــظ الوالـــدين ان طفلـــهما محــب للانطواء على نفسه والابتعاد عن معاشرة اقرانه بالمدرسة مثلا ، أو إذا اكتشـــفا ان طفلتهما في المدرسة غير ودودة ولا محبوبة ، فعندها تقرع في المحيـــط الأســـري أجراس الإنذار المبكر. لكل انسان منا ولا ريب ذكريات دافئـــــة عـــن أصدقـــاء الطفولة. وبمقدار ارتفاع رتبة الصديق في قلب صديقه ، تبرز صورته بين الفينـــة والفينة ويراها اوضح من صور كثير من آلاف الزملاء الذيـــن يختلط بـــهم دائمـــا على مقاعد الدراسة بدءا من حقوق رياض الاطفال وانتــــهاء بمـــــراحل البلـــوغ والجامعة .

مراحل الصداقـــة

تدل الدراسات التي أجريت على هذه الناحية من نواحي الطفولـــة ان الطفـــل يمر بسلسلة من المراحل التطورية . وقد لوحظ أن الأطفال لا يمنحـــون صداقتـــهم ومحبتهم جزافا ، ولا ينغمسون فورا في صداقات حميمة. وكما أن الطفل منذ ســـن الرضاعة حتى الكبر يمر بمراحل عديدة من التطور الجسماني، فكذلك صداقته تمـــو

بمراحل شبيهة ، فهم في أول الأمر يكونون مع اصدقاء اللعب كيانات نفسية . وتكون نظرتهم اليهم في أول الأمر من منظار(الأنا). وبعد ذلك يصبحون قادرين على الشعور بوجهة نظر الآخرين والإدراك بأن الزملاء من حوله (ربما) كانوا مختلفين عنه .ومع أنه لا وجود لسن معين يبلغها احد الأطفال في مرحلة ما من مراحل عمره وتطوره ، إلا ان علماء النفس لا يختلفون في أمر وجود سلسلة من التطورات يتبعها سائر الأطفال .ولو سئل طفل في الرابعة من عمره مثلا عن السبب الذي يجبب اليه طفلا آخر، فلربما كان جوابه التقليدي عن هذا السؤال : (لأنه يلعب معي) أو (لأن عنده ألعابا كثيرة). وهذه هي المرحلة الأولى من الصداقة عند الطفل: مشاركته في اللعب / دونما حاجه بالضرورة لأن يلعب معه. وهذا النوع من صداقات الأطفال هو ما يطلق عليه علماء النفس اسم " الصداقة الآنية ". وفي هذه السن التي تتراوح بين الثالثة والسابعة من العمر، لا تعد ديمومة التلاقي بين طفل واخر، علامة على التعلق والود ، وانما ربما كانت تمليها معيشة الأسرتين متجاورتين. وفي هذه المرحلة من العمر لا تكون مفهوم الصداقة عند الأطفال بأنها صداقة تقوي على مغالبة الأيام ، ولو أن الطفلين يتلازمان بحكم الجوار سنوات وسنوات. ثم ينتقل الطفل في التطور الى المرحلة التالية بين الرابعة والتاسعة من العمر. وفي هذه المرحلة يصبح الطفل مدركا لمن حوله من الناس وعالما بأن اولئك الناس قد يختلفون عنه في نمط التفكير. وقد اطلق علماء النفس على هذه المرحلة "الطريق الأحادي للمساعدة". والصغار في هذه المرحلة لو سئلوا عن اسباب صداقتهم لفلان من الزملاء بأن الصديق هو الذي يفعل أمورا لا تروق له غير ان الأطفال عندما لا يدركون بأن العلاقة بين شخصين تتطلب

تبادل المأخوذات والمعطيات. ان فهـم طبيعة الأخذ والعطاء هو تطور هـام فـي حياة الطفل الاجتماعية ، وهذا الفهم يحدث بين سن السادسة والثانية عشـرة مـن العمر والأطفال في هذه المرحلة يدركون بأن الصداقة طريـق ذو دربيـن يعـالج حاجات ورغبات اثنين من الأشخاص، غير ان فكرة المقابلة بالمثل في هذه السـن تظل فكرة أساسية جدا تتناول أحداثا محـددة ولا تعني بأمر الصداقة ذاتها .وفيـها يقوم الطفل بالتعاون مع زميله على اساس تبادل المنافع . وبيان بأمور على اسـاس المنفعة المتبادلة ، ومن سوء الحظ ان الطفل في هذا العمر يستخدم معرفته الجديـدة استخداما سلبيا . ففكرة المقابلة بالمثل تتحول عندهـا الـى المفـهوم التـالي: "اذا ضربتني فسأرد لك الضربـة". ولا يكون الصغير قـادرا علـى تفـهم الصداقـة باعتبارها امرا مستديما قبل ان يدنو من سن المراهقه او يدخلها . وعندها يعلـم ان فردين من الناس ذوي شخصيتين مستقلتين عن بعضهما يتعلمان على التعاون فيمـا بينهما . وفي هذه المرحلة من المخادنة المتبادلة يكون الطفل بين التاسعة والخامسـة عشرة من عمره قادرا على التطلع الى علاقة الصداقة. فالأصدقاء فـي مفهومـهم يتبادلون المشاعر ويتعاونون على حل مشاكل بعضهم بعضا ، ويتقاسمون السـراء والضراء ، ويطمئنون إلى كتمان الأسرار المتبادلة .ويعتقد بعض علماء النفس بـأن التطورات التي تحدث في هذه المرحلة هي مفتاح العلاقة بين الأفراد فـي مرحلـة البلوغ .ان تمازج التجارب والنضج هو الذي يقود الصغار الى هذه المرحلة الجديدة من العمر فإذا كان أحد الصديقين ماهرا في الرياضيات مثلا وأسدى يد العون إلـى صديقه الضعيف في هذه المادة ، فعندما يبدو جليا ان الزميل الآخر لابد ان يسـاعده على فهم مادة أخرى لا يتفهما الأول .ان هذه المرحلة من مراحل الصداقة هي التي

تضع أساس صداقة وثيقـــة. ولكي يشعر الأصدقاء بالثقة من متانة صداقتهما الــــى حد الإحساس بأن الإسرار التي يتبادلانها لن يطلع عليها الآخرون ولكـــــي يشـــعرا بأنهما مقبولان لبعضهما بعضـــا بغض النظر عن نوع الصفات التي يتصفان بــــها فلا مناص من ان تكون صداقتهما حميمة أيضا .ان خصوصية هذه المرحلة تفســـح المجال للمرحلة النهائية من مراحل التطور وهي مرحلة الاعتماد المتبـــادل علـــى شخصين مستقلين ، وذلك بعد سن الثانية عشرة من العمر. وفي هذه الســـن يفـــهم الصديقان ان عليهما ان يمنحا بعضهما بعضا دعما عاطفيا قويا ومع ذلك ان يسمحا لبعضهما بتطوير علاقتهما المستقلة، فاحترام حالتي الاستقلال وتبادل الاعتماد بيـــن الصديقين ، هو على ما يبدو .من الأمور الأساسية لدوام الصداقة. وعندمـــا يبلـــغ الصغار هذه المرحلة المزدوجة من صداقتهما ، فان الصداقة عندها تكتسب نفـــس الصفات التي تتسم بها صداقات الكبار .

توقعات غير واقعية

فماذا ينبغي ان يعني هذا للوالدين ؟ على الوالدين الا يقلق بســـبب صداقـــات صغارهمـــا. ويجب عليهما ان يأخذا في الحسبان ابعاد الصغير ومرحلـــة تطـــوره هو، لابعاد الوالدين ومراحل تطورهما. والحقيقة هي أن الصداقة عند الطفل هـــــي العلاقة التي يجب على الوالدين ان يظل بمنحاة منها فلا يتدخـــلا إلا إذا وجـــدا ان طفلهما يتعرض فعلا لأذى نفسي . فليس بمقدور الوالدين ان يدربا اطفالهما علــــى مصادقة من حولهم. والأطفال يستطيعون ان يتدبروا أمورهم من هذه الناحية تدبـــرا طيبا بدون تدخل الوالدين في الأمر .

فوائد الصداقة

ان ما يكسبه الطفل بسبب الصداقة أكثر بكثير مما يبدو ظاهريا على السطح فالصداقة الفعلية أكثر من زمالة وبهجة . ففي المراحل الأولى للصداقة يتعلم الأطفال كيف يعالجون الاختلافات في الرأي . وهم يتعلمون كيف يناقشون ويتحاورون ويتوصلون الى حلول وسط. انهم يتعلمون كيف يخلقون النظام فيما بينهم بدون ان يلجؤوا للكبار. كما ان الصداقات بين الأنداد تسمح للصغير بأن يكون لنفسه مفهوما خاصا عن ذاته عن طريق المقارنة. والصداقة تمنح الصغير شعورا بالانتماء للجماعة والواقع ان الجماعة تم يد العون للصغير الذي يطل على فتره الاستقلال في حياته عن اسرته. وفي حين ان قوة ضغط الرفاق على الصغير قد تثير الوالدين وتخرجهما عن طورهما احيانا ، فان هذه الفتره من التعرف على الذات الذي تولده الروح للجماعة، هي التي تسمح للصغير بأن يتكيف مع التأثير الجماعي وهكذا فإنه يستطيع ان يوجد توازنا بين نزعته الاستقلالية ومتطلبات الحياة الاجتماعية .

الإحساس بالأمان

إن هذه هي الأمور التي لا يستطيع الصغار اقتباسها من الوالدين أو من الأشخاص الكبار. أما ما يجب ان يحصل عليه الصغير من والديه هو الإحساس بالأمان . فأساس الصداقة عند الصغير هو أن تكون له علائق طيبة مع والديه . وإذا كان الصغير واثقا من والديه محترما للنظام عارفا لما يجوز له توقعه، فعندها يتولد لديه أساس راسخ ينطلق منه لتكوين الصداقات.أن سياسة ابتعاد الوالدين عن

أمور صداقات طفلهما قد تكون سياسة طيبة نظريا ، ولكن الوالـدين قد يجـدان ان من الصعب عليهما تطبيقها لاسيما اذا ما شعر الوالـــدان ان صغيرهمـــا يصـــادق أشخاصا لا يرغبان له ان يصادقهما. ولكن يمكن القول بوجه عام ان صداقات مـــن هذا النوع لا تعمر طويلا . وفي حين ان الوالدين قد لا يحبان اصدقاء صغيرهمـــا ، إلا انهما قد وجدا نفسيهما في وضع جديد في الشهر القادم . فقـــد دلـــت الأبحـــاث النفسية على ان الأصدقاء ميالون الى الموافقة على المبـــادئ التـــي ينـــادي بـــها الوالدان فيما يتعلق بالقيم الأساسية .واذا لاحـــظ الوالـــدان ان صغيرهمـــا يختلـــط بأشخاص سيئين ، فمن الحكمة الا ينفردا بالزجر والتحريم ، بل عليهما ان يتباحثـــا مع الصغير في امر هذا الاختلاط وعن طريق هـــذه المناقشـــة يســـتطيعان إفـــهام الصغير عن معارضتهما وأسباب قلقهما من هذه الصداقة. فإذا شعر الصغير بقـــوة شخصيته وقدرته على مواجهة الأمور واتخاذ القرارات الصائبة فعندهـــا يســـتطيع مواجهة تلك الامور واتخاذ تلك القرارات . فالمرجع ان يسير الصغير وفـــق القيـــم والمبادئ التي يتبعها الوالدان ذاتهما .

****

المراجـــع

1. القدرات العقلية عند الأطفال – ثلما جوين ثيرستون / كاترين مان بيرن .
2. للأطفال مشاكل نفسية – د / ملاك جرجس.
3. ذكاء الطفل المدرسي – د / محمد أحمد النابلسي.
4. الدفاع عن طفل أخر زمن – نادية يوسف.
5. دليل صحة طفلك بين يديك – عايدة الرواجبة.
6. تصميم البرنامج التربوي للطفل – د / يسرية صادق . د / زكريا الشربجي .
7. مشكلات الطفولة والمراهقة – د / عبد الرحمن العيسوي.
8. كيف نبني الثقة بين الآباء والأبناء – عايدة الرواجبة .
9. الطفل من الخامسة إلى العاشرة – أرنولد جزل.
10. غذاء السنوات الأولى لطفلك – عايدة الرواجبة.
11. ألف باء مشاكل الطفولة – عايدة الرواجبة .
12. كيف يلعب الأطفال للمتعة والتعلم – جان شك جرو سمان.
13. العلاج النفسي الجماعي للأطفال باستخدام اللعب – د / كاميليا عبد الفتاح .
14. اللغة والطفولة – د / صالح الشماع .
15. كوني أفضل معلمة لطفلك – عايدة الرواجبة.
16. مشكلات الطفولة والمراهقة – د / عبد الرحمن العيسوي.
17. موسوعة علم النفس – اسعد رزوق.
18. التربية الإسلامية – أحمد شلبي .
19. كيف تنشئ أطفالك يعتمدون على أنفسهم – عايدة الرواجبة.

فهرس



دار أسامة للنشر والتوزيع
الأردن - عمان
تلفاكس / ٥٨٦٢٦٢٣ ـ ٤٦٤٧٤٤٧
ص . ب ١٤١٧٨١